



Informationsmöte Senior Sport School i Sjöbo 30 januari 2023

Är du 60+ och vill vara med på ett hälsoäventyr där du får komma ut, röra lite på dig och knyta kontakter?

Då är du välkommen att delta i **Senior Sport School i Sjöbo**. Här får du prova på olika aktiviteter som Senior Power styrketräning, tematräffar med fokus på hälsa, laga hälsosam mat och få utbildning i hjärt- och lungräddning.

Senior Sport School pågår i 12 veckor och vi träffas två gånger i veckan. Träffarna är oftast på förmiddagar kl 10.00 - 12.00.

Torsdagar föreläsning/tematräff och tisdagar någon typ av fysisk aktivitet.

- Senior Sport School startar den 27 februari 2023 och kostar 300 kronor per person.
- Skolan är öppen för dig som är bosatt i Sjöbo kommun

Välkommen till vårt öppna informationsmöte

När: 30 januari 2023 klockan 10:00–11:00

Plats: Eiser Fritid möteslokal, Planteringsgatan 36 Sjöbo.

På mötet kommer vi berätta mer om innehållet och ta in anmälningar till skolan.

Har du frågor är du välkommen att kontakta:

Sofi Andersson Lantz, RF-SISU Skåne
Sofi.andersson@rfsisu.se
Tele: 010- 476 57 67
www.seniorsportschool.se

