

#BEACTIVE

MOZDULJ TE IS EURÓPÁVAL!

Az Európai Sporthét alkalmából a **Nyugdíjasok Egyesülete**
a **Baranya Megyei Szabadidősport Szövetséggel** közösen
2023. szeptember 28-án, csütörtökön
Szenior Mozgásnapot szervez.

Aki szeretne ezen a napon néhány órát mozgással eltölteni a
friss levegőn, azt a következő programmal várjuk:
*gyalogos kirándulás a Malomvölgyi tóhoz,
könnyed bemelegítő és levezető torna
nordicwalking-oktatás*

Találkozó 8.45-kor a Malomvölgyi úti buszmegállóban
Elérhető a 7-es autóbusszal (8.20-kor indul a Főpályaudvarról).

Kérünk mindenkit, hogy kényelmes öltözetben
és csukott lábbeliben érkezzen!

A rendezvényen a részvétel ingyenes, és a rendezők
apró meglepetéssel jutalmazzák a programban való részvételt.

Érdeklődni, jelentkezni lehet a
nyugegy@gmail.com és a szeniorkirandulok@gmail.com
email-címen vagy a
06-30/492-6862 telefonon.

Tegyünk együtt az egészségünkért!

