

Tervetuloa!

Iltapäivä Hyvinvoinnille



Veteraanimaja + Rantamakasiini

25.06.2025 klo:15-19

InBody -mittausta
koko tapahtuman ajan!

klo: 15-15.30
Ämpärijumppa

(piha-alueella,
kaikille sopiva
kuntojumppa)

klo: 15.40-16
Rantavesijumppa

(laiturin vieressä pääset
kokeilemaan
vedenlämpöä jumpaten)

klo: 16, 17 ja 18
SUP-lautailu
introt, tutustu
maksutta!

Osallistumalla toimintaan,
pääset maksutta saunaan!
Sauna lämmin klo: 15-20

klo: 16-17
mölkkyyä ja
pihapelejä
(hauskaa ja sopii
kaikille!)

klo: 18-18.30
HIIT -treeni
(haasta itsesi!)

Yhteistyössä:

Iitin kunta ja Iitin Rantamakasiini

Lisätietoja: 040 483 3990