

LIIKUNTANEUVONTA

- maksuton
- läheteellä tai ilman
- tukea liikunnan aloittamiseen
- henkilöt, jotka liikkuvat terveyteensä nähden riittävästi
- yksilöllistä ohjausta
- tietoa liikunnasta ja terveydestä
- tietoa liikuntapaikoista ja mahdollisuuksista

NEUVONTAPAIKAT

Aalto Alvari
Wellamo
Kuokkalan graniitti
Huhtasuonterveysasema
Palokan terveysasema ja
Tikkakosken nuorisotila

AJANVARAUKSET SEKÄ PUHELINNEUVONTA

Ti klo 15.00-16:00
To klo 8:00-9:00

p. 014 569 0179

Annetun liikuntaneuvonta-ajan peruutukset
puhelimitse
p. 014 569 0179

LIIKUNTANEUVONTA

- maksuton
- läheteellä tai ilman
- tukea liikunnan aloittamiseen
- henkilöt, jotka liikkuvat terveyteensä nähden riittävästi
- yksilöllistä ohjausta
- tietoa liikunnasta ja terveydestä
- tietoa liikuntapaikoista ja mahdollisuuksista

NEUVONTAPAIKAT

Aalto Alvari
Wellamo
Kuokkalan graniitti
Huhtasuonterveysasema
Palokan terveysasema ja
Tikkakosken nuorisotila

AJANVARAUKSET SEKÄ PUHELINNEUVONTA

Ti klo 15.00-16:00
To klo 8:00-9:00

p. 014 569 0179

Annetun liikuntaneuvonta-ajan peruutukset
puhelimitse
p. 014 569 0179