

YLÖJÄRVEN AVOIN RYHMÄTOIMINTA

Tervetuloa avoimeen ryhmätoimintaan hakemaan arkeen kipinöitä vahvistamaan voimavarojasi.

UUSI RYHMÄ!

**Maanantaisin klo 13–14.30 Räikänpuiston ulkokuntosali
+ muut sisätilat**

Ryhmässä tutustutaan Räikänpuiston ulkokuntoilusalin laitteisiin matalalla kynnyksellä. Myöhemmin syksyllä sääolosuhteiden mukaan siirrytään sisätiloihin. Voidaan käydä tutustumassa muihinkin liikuntamuotoihin esim. keilailu tai sulkapallo. Toiminta muokkautuu osallistujien toiveita ja haasteita huomioon ottaen.

Toiminta on ilmaista ja suunnattu työikäisille ylöjärveläisille.

YHTEYSTIEDOT

Mielen ry:n Ylöjärven avoin ryhmätoiminta
Jyri Hasa, jyri.hasa@mielen.fi tai 050 441 3723

Raikänpuiston ulkokuntosali, Räikäntie, 33470 Ylöjärvi
mielen.fi/ylojarven-avoin-ryhmatoiminta

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

