



Är du 65+?
Vill du vara med på ett "hälsoäventyr"?

**Känner du att du vill komma ut och röra på dig lite och knyta kontakter?
Vill du prova på olika aktiviteter, lära dig laga god och nyttig mat tillsammans med andra?**

Då är du välkommen att delta i Senior Sport School i Skurup. Här får du prova på olika aktiviteter som Senior Power styrketräning, delta i tematräffar med fokus på hälsa, laga hälsosam mat, få utbildning i hjärt- och lungräddning. Prova på olika idrotter och ta del av intressanta föreläsningar.

Senior Sport School pågår i 12 veckor och vi träffas två gånger i veckan. Träffarna är oftast på förmiddagar mellan klockan 10.00 och 12.00. På måndagar kommer vi att ha någon form av föreläsning/tematräff och på fredagar kommer vi att ha någon typ av fysisk aktivitet.

Senior Sport School startar den **7 februari 2022** och kostar 300 kronor per person. Skolan är öppen för dig som är bosatt i Skurups kommun

Välkommen till vårt öppna informationsmöte

När: 12 januari 2022 klockan 10:00–11:00

Plats: Biorama. Skurups kommunhus.

På mötet kommer vi ta in anmälningar till skolan.

(mötet samt innehållet i senior sport school följer rådande rekommendationer gällande Covid 19 och kan ändras med kort varsel)

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

Martin Kalén

Fritidsstrateg Skurups kommun

Tele: 0411- 53 60 06



Skåne



