

Hyvinvointipäivä la 7.10.2023

Ikaalinen



Entisellä Mansoniemen koululla luvassa

- ❖ sointukylpy/äänimaljarentoutus,
- ❖ perinteinen jäsenkorjaus 1,5 h sekä
- ❖ kahvi ja sämpylä.

Mukaan tarvitetset

- ❖ joogamatto/jumppa-alusta ja
 - ❖ pieni tyyny ja torkkupeitto sekä
 - ❖ villasukat/lämmintä ylle rentoutukseen.
- Hoidon jälkeenkin saattaa olla viluinen olo.

Lähtö

klo 9.30 Lauhamon talleilta

klo 9.45 linja-autoasema

Paluu Sastamalaan noin klo 16

Matkan hinta

Jäsen 60 €

Kannatusjäsen 80 €

Muut 100 €

Mukaan mahtuu 24 henkilöä.

Sitovat ilmoittautumiset Alasen Tarjalle **17.9.2023 mennessä** puh. 050 367 0317

Ilmoita myös tarvittaessa erityisruokavalio.

Matka laskutetaan laskulla.