

KUNTOSÄHLY

SATSAA ITSEESI

Pitkään Satsaa itseesi –toiminnassa mukana ollut omatoiminen salibandyvuoro jatkuu edelleen. Aiemmin kävelysählynä tunnetun omatoimivuoron nimi on vaihdettu enemmän todellista toimintaansa kuvaavammaksi, kuntosählyksi.

Kuntosählyssä pelataan osallistujien kesken sopivan rennolla otteella. Osallistuaksesi kuntosählyyn, tarvitset kevyen liikuntavarustuksen, sisäpelikengät, juomapullon ja salibandy-mailan.

Torstaisin 20.00-21.00 Putaan urheiluhallilla, U-hallissa

VUOROLLE OSALLISTUMISEN SÄÄNNÖT:

Jokaisen osallistujan tulee olla maksanut kausimaksun.

Jokaisen osallistujan tulee olla yli 15-vuotias.

Merkitse nimesi osallistujalistaan urheiluhallin valvomon edessä saapuessasi paikalle.

Paikanpäällä sovitaan porukan kesken miten pelataan.

Pidetään pelit mieluisina ja vältetään ylilyöntejä 😊

Kuntosählyyn ovat tervetulleet kaikki, jotka haluavat liikkua rennosti mailapelejä pelaten. Sinun ei tarvitse murehtia omista valmiuksista lajissa, vaan tule omana itsenäsi mukaan liikkumaan!

Lisää kuntosählystä & muista Satsaa itseesi –toiminnasta voit tiedustella:

Ernest ”Edu” Sammallahti / Tornion kaupungin liikunnanohjaaja

050 571 3479 / ernest.sammallahti@tornio.fi