

Oletko kiinnostunut talviuinnista?



Tervetuloa mukaan

Talviuinti- kurssille

Kurssi aloitetaan luennolla TUL:n Satakunnan piirin toimistolla, jonka jälkeen siirrytään Maauimalaan.

Luennon aiheina mm.

- Kylmän veden terveysvaikutukset
- Miten aloittaa avantouintiharrastus

Kouluttajana liikuntaneuvoja Päivi Luontola.

Luennon jälkeen pulahdetaan uimaan Maauimalassa.

Ota mukaan:

1 €:n kolikko pukukoppia varten, pyyhe, uima-asu, vesipullo, pipo, (uimakengät)



Suomen Työväen Urheiluliitto

Satakunnan piiri

**Liikunnasta
hyvinvointia**

**maanantaina
8.1.2024
klo 14.30**
Porissa
TUL:n toimisto
(Antinkatu 9 A 4)
Maauimala
(Metsämiehenkatu 8)

Kurssin hinta:

10 € + jokainen maksaa itse pääsymaksun (aikuiset 5 €, eläkeläiset, opiskelijat 3 €)

Osallistumismaksu maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä TUL:n Satakunnan piirin tilille FI92 5542 5420 0020 19, viesti: talviuintikurssi

Ilmoittaudu mukaan!

Ilmoittautumiset to 4.1.2024 mennessä
sekä lisätiedot:

Päivi Luontola, paivi.luontola@tul.fi
tai tekstiviestillä 0400 817 114

Kurssi toteutetaan, mikäli ennakoilmoittautuneita on vähintään 7 henkilöä.

Kurssin järjestää TUL:n Satakunnan piirin harrasteliikuntajaosto.