

Liikuntaa muistille! -musiikkiliikuntaryhmä



Parolan Nurtsin Vintti, Parolantie 53, Hattula



Keskiviikkoisin klo 15.00-16.00

Kevätkausi 15.1.-28.5.2025 (tauot 26.2. ja 12.3.)

Tervetuloa matalan kynnyksen ryhmään, jossa liikkuminen on helppoa ja hauskaa, mutta aktivoi aivoja tehokkaasti ja samalla kuntokin nousee. Ryhmässä tehdään muistia kehittäviä tanssillisia liikesarjoja. Mukaan voi tulla vaikka muistin tai liikkumisen kanssa olisi jo haastetta. **Ryhmä toteutetaan yhteistyössä Hattulan kunnan kanssa.**

Ryhmä on maksuton, ilmoittautumista ei tarvita ja mukaan voit tulla milloin tahansa!

VOIT KYSYÄ LISÄÄ!

info@muistiaina.fi tai puh. 044 726 7400

Kanta-Hämeen Asiantuntija- ja tukikeskus
Muistiluotsi: **www.muistiaina.fi**

hattula



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Kanta-Häme