

Maaseutuyrittäjän kropan pikahuolto

23.1.2020 alkaen **klo 19-20** Heinijärven koululla

Pikahuoltoja ohjaa valmistuva joogaohjaaja ja luomuviljelijä **Anne Kaasalainen** Mouhijärveltä



MTK Hämeenkyrö järjestää jäsenistölleen liikunnallisena jäsenetuna maaseutuyrittäjän kropan pikahuollon torstaisin **23.1.2020** alkaen **klo 19-20**.

Ota mukaasi

rennot ja joustavat vaatteet

jumppa-alusta tai joogamatto

reipasta mieltä

villasukat ja pieni peitto tms. ja/tai villatakki mukaan loppurentoutukseen

Lisätietoja Anne puh. 0407497778