

Naisten hyvinvointipäivä

la 25.1.2014 klo 11-16 Karkkilasalissa (os. Anttilankatu 2-4)

Päivän ohjelmassa:

11.00-12.30 Ravintoluento - *Susanna Agge*

12.30-13.15 Naurujooga - *Mira Sinerkari*

13.15-14.00 Lounas salaattibuffetista

14.00-14.45 Motivaatioluento - *Susanna Agge*

14.45-15.45 Miten yhdistät liikkumisen, terveellisen ravinnon ja elämän kiireet?

Kike Elomaa, kansanedustaja, kehonrakennuksen Ms. Olympia

15.45-16.15 Stand Up-komiikkaa - *Pete Harju*



Pääsyliput:

25€ ennakoon
30€ ovelta ostettuna

Pääsylippuja myy:
Kuntokärpänen
sekä Salon Katriina
13.1. alkaen.



Lisätietoja:

Manta Rozman p. 050 495 1755 katja.rozman@kuntokarpanen.fi
ja Anne Paananen p. 044 767 4883, anne.paananen@karkkila.fi