



Perhe pulkkaan – ilo irti yhdessä su 12.2.2012 klo 11- 14

Tervetuloa lapsiperheiden liikunnalliseen talvitempaukseen! Tule nauttimaan yhdessäolosta ja virkistävästä ulkoilmasta koko perheen voimin luonnonläheiseen Lomakoti Kotorantaan



OSALLISTUJAN MUISTILISTA

Ota omat pulkat mukaan ja muista niiden nimikointi tai tunnistettavuus. Näin vältetään pulkkien sekaantuminen ja eksyminen omistajastaan.

Lämpimät, säänmukaiset vaatteet ja tukevat, aktiivisuuteen sopivat talvikengät.

OSOITE:

Kotorannantie 74,
05250 Kiljava

Pysäköinninohjaajat
vastassa opastamassa
sopiville paikoille.

Lasten oikeuksia
kunnioittaen tapahtuma
on alkoholiton.



Ohjelma:

Klo 11 yhteinen päivänavaus ja toimintojen esittely
Mäenlaskua kotoa mukaan otetuilla pulkilla

Omatoimista pihasuunnistusta: helpot liikuntarastit kartan avulla

Yhteisjumppaa: klo 12 ”Vikkelät jalat”- lastenjumppa
ja klo 13 Easy- aerobic, jumppien kesto noin 20 min

Lumikenkä-esittelyä ja ohjatut lenkit: klo 11.15/klo 12.15/klo13.15
Kickspark -kelkkoihin tutustumista ja kokeilua

Rekiajelua, hinta 2,50 €

Mahdollisuus nauttia keittolounas, lettuja ja grillimakkaraa

Tapahtuma on ilmainen, rekiajelua ja ruokatarjoilua lukuun ottamatta.

Maksuvälineinä yleisimmät maksukortit sekä käteinen.

Ilmoittautuminen sähköpostilla

ke 8.2.2012 mennessä: lomakoti@kotoranta.fi

**Ei muuta, kun perhe pulkkaan
ja nokka kohti Kotorantaa!**

