



ATTENDO-TERAPIA
Pohjois-Savo

Vuorikatu 26
70100 Kuopio

p. 041 7309189

attendo.fi/terapia-pohjois-savo

Seniorikuntoiluryhmä

Attendo Terapia tarjoaa Kuopion ydinkeskustassa keväällä 2025 laadukkaan pienryhmätunnin senioreille, jossa pääsee harjoittelemaan turvallisesti ammattitaitoisen ja innostavan fysioterapeutin johdolla. Ryhmä sisältää kuntosali-, liikkuvuus- ja tasapainoharjoittelua kehittäen voimaa, kestävyyttä ja tasapainoa kaikille sopivalla tavalla.

Pienryhmäharjoittelu mahdollistaa sen, että liikkeitä ja harjoitteita pystytään muokkaamaan yksilöllisesti. Kaikki ovat tervetulleita kuntotasosta huolimatta!

- Maanantaisin
- Klo 10.00-11.00
- Alkaen 20.1.2025
- Sisältää yht. 10 kertaa
- Hinta: 150€ / kevätkausi
- Ilmoittautuminen: viim. 15.1.2025
- Pienryhmään otetaan mukaan 3-4 osallistujaa / ryhmä
- Ohjaajana toimii fysioterapeutti Joonas Karhu
- Vapautuvia paikkoja voi kysellä myös ryhmän ollessa käynnissä
- Maksuvälineenä käy pankkikortti ja lasku



Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

p. 041 730 9189 tai sähköpostilla joonas.karhu@attendo.fi



TERAPIAPALVELUT

Meillä käy

