



Kurs:

En lugn yogaform som utövas både stående och sittandes på stol. Alla kan delta!

Tid: Torsdagar 10.15-11

Plats: Tom Tits, plan 3

Anmälan: 08-523 016 42

Anmäl dig senast en vecka före kursstart.

Kursstart 3 februari
samt 17 mars
(Uppehåll 14 april)

Skratt, svett & fika!

Mötesplatser för seniorer arbetar med främjande aktiviteter för en god och jämlik hälsa. Vi är en del av omsorgskontoret i Södertälje kommun.

Läs mer på www.sodertalje.se/motesplatser



**Södertälje
kommun**

Kostnadsfritt!

Skratt, svett & fika!

Mötesplatser för seniorer arbetar med främjande aktiviteter för en god och jämlik hälsa. Vi är en del av omsorgskontoret i Södertälje kommun.

Läs mer på www.sodertalje.se/motesplatser



**Södertälje
kommun**