

W Toruniu rusza projekt „Zdrowie po 60-tce”

W Toruniu rusza projekt „Zdrowie po 60-tce”

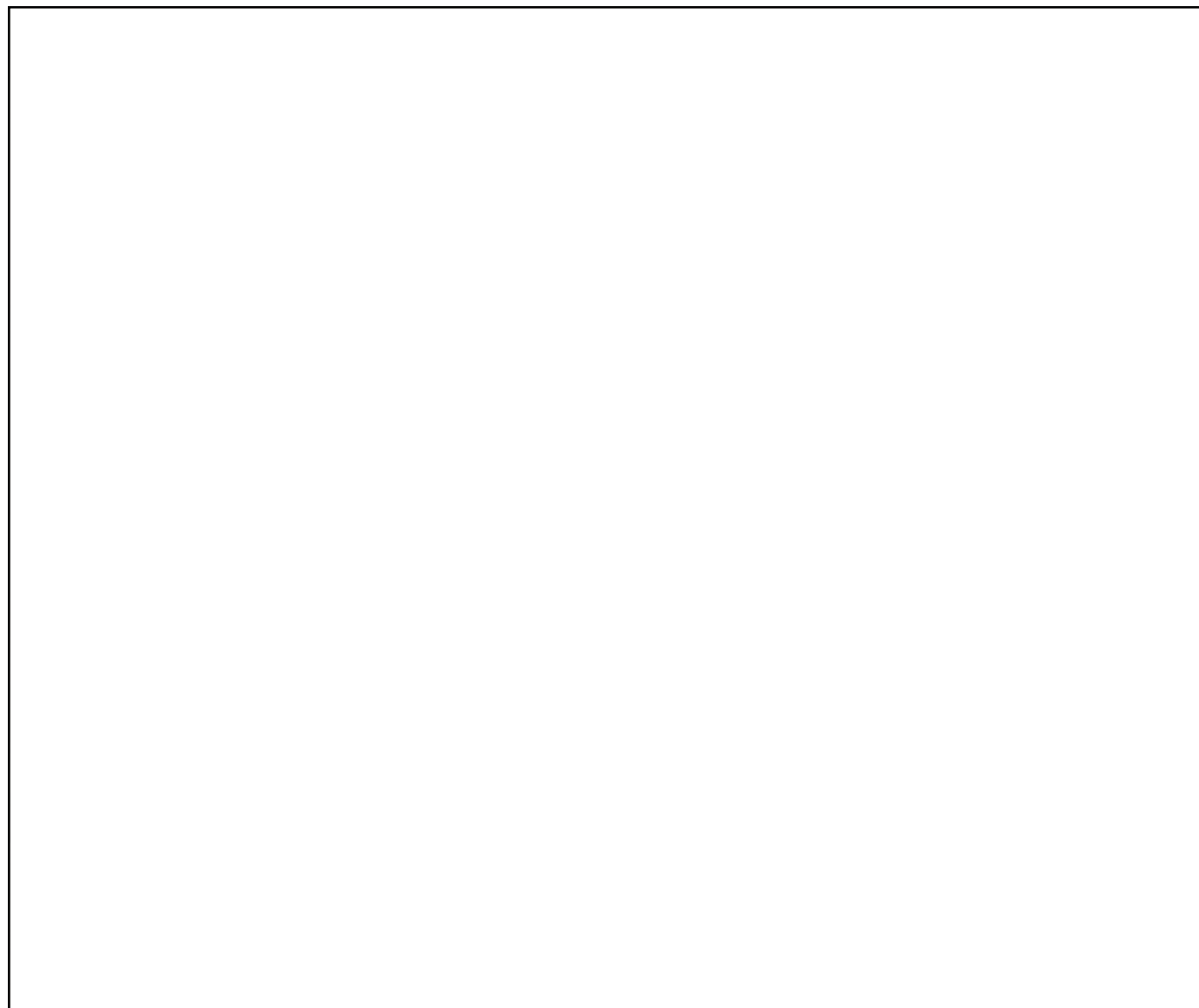
Data publikacji
18.07.2018 15:44

Pływanie, nordic walking czy joga - toruński Dzienny Dom Pomocy Społecznej zaprasza seniorów na bezpłatne zajęcia.

Ta ciekawa oferta została przygotowana w ramach projektu „Zdrowie po 60-tce”. Program projektu wygląda następująco:

- Nauka pływania i gimnastyka w wodzie dla seniorów - w dniach 17, 19, 24, 26 i 31 lipca
o godz. 9 na basenie Szkoły Podstawowej nr 16 w Toruniu, przy ul. Dzierwulskiego 2;
- Nordic Walking (spacery i gimnastyka) - w piątki lipca i sierpnia oraz 7 i 14 września o godz. 11 w siedzibie DDPS przy ul. Rydygiera 30/32

W ramach projektu odbędą się także zajęcia z jogi i rollmasażu. Zapisy i dodatkowe informacje po nr tel. 56 648 26 72. Dodajmy, że wszystkie zajęcia są bezpłatne.



Opracowanie: ROPS w Toruniu na podstawie nadeszanej informacji autorstwa Pana J.

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)