



Kuusalu valla vanemaealised liikuma

06.05.2025 Kolga

FÜÜSILINE LIIKUMINE KUI HEAOLU

Päevakava

15.00 Miks on füüsiline liikumine oluline, ohutu liikumine/treening vanemas eas.

16.15 Küsimused, vestlusring

16.45 lõpp