



Kuusalu valla vanemaealised liikuma

06.05.2025 Kiiu

FÜÜSILINE LIIKUMINE KUI HEAOLU

Päevakava

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

14.15 Küsimused, vestlusring

14.45 lõpp