



## Senior Sport School i Hör hösten 2022

Är du 60+ och vill vara med på ett hälsoäventyr där du får komma ut, röra lite på dig och knyta kontakter?

Då är du välkommen att delta i **Senior Sport School i Hör**. Här får du prova på olika aktiviteter som Senior Power styrketräning, tematräffar med fokus på hälsa, laga hälsosam mat och få utbildning i hjärt- och lungräddning. Du får också prova på fysisk aktivitet och ta del av intressanta föreläsningar.

- Senior Sport School pågår i 12 veckor och vi träffas två gånger i veckan. Träffarna är oftast på förmiddagar kl 10.00 - 12.00.
- Måndagar – någon typ av fysisk aktivitet och onsdagar är det tematräff/föreläsning.
- Senior Sport School startar den 14 september 2022 och kostar 300 kronor per person.
- Skolan är öppen för dig som är bosatt i Hör och Hörby kommun

**Välkommen med Er anmälan till:**

[kaf@hoor.se](mailto:kaf@hoor.se)

Vid anmälan ange namn, adress, telefonnummer och mejl.

Sista dag för anmälan är 26 aug. Begränsat antal platser.

**Har du frågor är du välkommen att kontakta:**

Sofi Andersson Lantz, RF-SISU Skåne  
[Sofi.andersson@rfsisu.se](mailto:Sofi.andersson@rfsisu.se)  
Tele: 010- 476 57 67  
[www.seniorsportschool.se](http://www.seniorsportschool.se)

Gunilla Brantberger, Höors kommun.  
Tele: 0413-281 56  
[kaf@hoor.se](mailto:kaf@hoor.se)

Annika Mattisson, Höors kommun.  
Tele: 0413-280 68  
[kaf@hoor.se](mailto:kaf@hoor.se)

