



## Senior Sport School i Skurup HT 22

Är du 65+ 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 Skurup**. Här får du prova på olika aktiviteter som Senior Power styrketräning, tematräffar med fokus på hälsa, kost, laga mat tillsammans och få utbildning i hjärt- och lungräddning. Du får också prova på olika idrotter 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 - föreläsning/tematräff och fredagar någon typ av fysisk aktivitet.
- Senior Sport School startar den 5 september 2022 och kostar 300 kronor per person.
- Skolan är öppen för dig som är bosatt i Skurups kommun

Vill du veta mer!  
Välkommen på vårt öppna informationsmöte:

**Datum: 20 juni. Tid: 13-14**  
**Plats: Biorama, Skurups kommunhus.**

**På mötet kommer vi ta emot anmälningar.**

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)



**Skåne**