



# Senior Sport School

## Är du 60+ ?

### Vill du vara med på ett "hälsoäventyr"?

**Känner du att du vill komma ut och röra på dig lite och knyta kontakter?**

Då är du välkommen att delta i Senior Sport School. Här får du prova på olika fysiska aktiviteter hos våra lokala idrottsföreningar, delta i tematräffar med fokus på hälsa, laga hälsosam mat, få utbildning i hjärt- och lunggräddning och ta del av intressanta föreläsningar.

Senior Sport School pågår i 12 veckor och vi träffas två gånger i veckan. Träffarna är mellan klockan 10.00–12.00 på måndagar och onsdagar. Måndagar kommer vi att ha någon form av föreläsning/tematräff i Mölnlycke kulturhus och på onsdagar kommer vi att ha någon typ av fysisk aktivitet hos våra lokala idrottsföreningar.

Senior Sport School startar den 17 februari 2020 och är öppen för dig som är 60+ och bosatt i Härryda kommun.

**Välkommen till vårt öppna informationsmöte kostnadsfritt den 27 januari kl. 10.00**

**Plats: Ekdalaskolans aula, Skolvägen 4, 435 30 Mölnlycke.**

**Kostnad för deltagande av Senior sport school: 300kr**



**Anmälan:** Sker i samband med informationsträffen den 27 januari.  
Utlottning utav platserna kommer att ske vid stort intresse.

**Frågor:**

[kristine.josephsson@rfsisu.se](mailto:kristine.josephsson@rfsisu.se)

0709-265771



[www.vgidrott.se](http://www.vgidrott.se)

