



# KESÄKSI KUNTOON – KUNTOA KESÄSTÄ!

**Jukka Makkonen**

liikuntapalvelujen tulosyksikön johtaja,  
Kuusamon kaupunki

**luennoi aiheesta;**

- ikääntyminen, lihaskunto  
ja kesäliikunta

**tiistaina 4.6. klo 17.30**

**KUUSAMO-OPISTON  
TEATTERISALISSA**

**Kitkantie 35, klo 17:30**

**Lisätietoa:**

**koulutussuunnittelija Johanna Riecki**

**p. 040 753 5716**

**Järjestää:**

**Kuusamo-opisto, Kuusamon kaupunki**

