



Mummut ja papat metsään!

11.10. klo 10–12

**Haaviston luonnonsuojelualue,
lähtö n. klo 10.15 (Haavistontie 184)**

Ulkoilutapahtuma on suunnattu kaikille ikääntyneille ja mukaan voi tulla myös avustajan tai ulkoiluystävän kanssa. Reitin varrella pääset tutustumaan Haaviston luonnonsuojelualueen luontoon ja sen syntyperään sekä nauttimaan raikkaasta syysilmasta.

Lenkin pituus on oman valinnan mukaan 0,5–1 km,
matkalla mehutarjoilu ja levähdyspaikkoja.

Reitti on mahdollinen myös apuvälineitä (rollaattori, keppi tms.) käyttäville,
mutta ei täysin esteetön.

Mukaan kelinmukainen vaatetus ja ulkoilujalkineet.

Tapahtuma on maksuton.

Ilmoittautumiset 5.10. mennessä

(nimi, mahd. avustaja/apuväline, puh.)

vapaa-aikakeskus@nokiankaupunki.fi tai 03 5652 0100.

Lisätietoja tapahtumasta: terveysliikuntakoordinaattori Katri Manninen,
puh. 044 4860 917, katri.manninen@nokiankaupunki.fi
tai Kaija Helle, SLL Nokia; kaija.helle@sll.fi, puh. 044 0177 180.