



Занятия в малых группах для семей

Ваша семья ведет активный образ жизни и вы вместе занимаетесь физкультурой? Вам нужна помощь и информация о возможностях семейной физкультуры в Хельсинки?

Мы предлагаем вам информацию о влиянии физической активности семьи на ее благополучие и особенно на детей. Мы будем обсуждать с вами активный образ жизни и думать о том, как можно узнать, занимается ли ребенок физкультурой в достаточном объеме. Мы также будем обсуждать и другие факторы, влияющие на благополучие семьи, в том числе питание, и вместе знакомиться с возможностями семейной физкультуры.

Занятия в малых группах включают три встречи с группой и краткие личные собеседования с инструктором. Занятия бесплатны. Давайте сделаем занятия удобными и приятными!

Helsinki

Заявки и дополнительная информация:

Ханна Марттила, тел. 040 6342426
hanna.m.marttila@hel.fi

www.hel.fi/maali