



Ikäneuvolan

fysioterapeutti esittelee © Luustoliiton

OTAGO-harjoitteluoohjelmaa
liikkumisen tueksi ja kaatumisten
ehkäisyyn.

Linnalan Seniorikeskuksen salissa

maanantaina 1.9.2025 klo 12.30 - 14.00

Tervetuloa!

Tapahtuma on maksuton.

HUOM!

13.10. alkaa Pysytään pystyssä-ryhmä (8 kertaa) OTAGO-
menetelmän mukaisesti. Lisäksi tietoa kaatumisten ehkäisystä.
Ryhmä on osallistujille maksuton.