



Luonto liikuttaa - Hyvinvointirastit Niivermäessä

Tapahtuma-aika:
Ma 30.11.2020

Tapahtumapaikka:
Niivermäen luontopolku

Tapahtuman katuosoite:
Kytöahontie 2, 45720 Kouvola

Hyvinvointirastit Niivermäen luontopolun varrella.

Allergia-, iho- ja astmaliitto haluaa innostaa ihmisiä liikkumaan luonnossa Luontoliikkujat-hyvinvointirastien avulla.

Rastirata sisältää lähdön ja maalin lisäksi kuusi tehtävärastia. Rastiradan lähtöpiste löytyy Niivermäen luontopolulta, Kytöahontie 2, Kouvola.

-Rastiradan tavoitteena on kannustaa ihmisiä liikkumaan, mutta samalla myös pysähtymään nauttimaan luonnosta ja pohtimaan omaa hyvinvointiaan. Jokaisella rastilla on pieni infolaatikko ja harjoite, jonka avulla saa palan luonnon hyvinvointivaikutuksista. Matka ei ole pitkä ja se kannattaa kulkea rauhassa syventyen rastien tehtäviin, Allergia-, iho- ja astmaliiton Luontoliikkujat-hankeen koordinaattori Paula Lehtomäki kannustaa.

*Lähde luontoon ja osallistu tuotepalkintojen arvontaan.
Kerro meille mikä rasti oli suosikkisi laittamalla viestiä puhelimeen tai sähköpostilla.*

Arvonta suoritetaan 1.12.2020 ja onnekkaille voittajille ilmoitetaan henkilökohtaisesti.

Järjestäjä

Pohjois-Kymen allergia- ja
astmayhdistys ry
050 5640339
pohjoiskymenallergia.astma
@gmail.com

Kotisivuille

<http://www.pohjois-kymenlaakso.allergia.fi>

Tapahtuma on ilmainen

Tapahtuma on ikärajatton

Avainsanat

Liikunta ja urheilu, Luonto ja ulkoilu, Asukkaat, Lapsiperheet, Seniorit, Kouvola

Kymenlaaksonyt.fi ei vastaa tapahtuman tietojen mahdollisista muutoksista. Ota yhteys tapahtuman järjestäjään.