

# Kaarinan Kulkijat liikutaan yhdessä



Kaarinan Kulkijat ry:n jäsentiedote 7/2014



Syksy sateineen on saapunut ja nyt nautimme ulkoilusta ja liikunnasta syksyn kirpeudessa ja väriloistossa. Sauvakävelyt jatkuvat torstaisin Lausteen ulkoilureitistöllä. Lähdöt keskusurheilukentän parkkialueelta klo 18:00.



Frisbeegolfia on pelattu elo-syyskuun ja nyt on aika aloittaa keilaukset.

Keilaukset aloitetaan **tiistaisin 7.10 alkaen klo 18:30-19:30** Kupittaaan keilahallissa.

Keilauksen hinta on 5€ kenkineen. Ilmoittaudu tulostasi Pirjolle aina maanantaihin mennessä **puh. 050 5356 122** tai sähköpostilla [lehtosenpirjo@gmail.com](mailto:lehtosenpirjo@gmail.com)



Yhdistyksen **syyskokous** pidetään **keskiviikkona 15.10. klo 18:30.**

Koriston Talleilla Ritarikatu 1.

Aiheena mm. puheenjohtajan ja hallituksen jäsenten valinta, talousarvio ja toimintasuunnitelma vuodelle 2015.

Kokouksessa lääkäri Eira Pekola pitää luennon aiheesta "luut lujina läpi elämän".

Hän käsittelee aihetta eri kanteilta, miten luuston lujuus kehittyy, miten sitä voi itse ylläpitää, mikä on osteoporoosi, miten se todetaan, riskitekijät, ja miten sitä hoidetaan ja keskustelua aiheesta.

Tervetuloa kuuntelemaan ja vaikuttamaan yhdistyksemme toimintaan!

Kahvitarjoilu!

Muistatthän, että yhdistyksellämme on omat nettisivut ja facebookisivut.

[www.kaarinankulkijat.fi](http://www.kaarinankulkijat.fi)

