

# **VOIMISTELE KOTONASI – TULE MUKAAN TUOLIJUMPPAAN!**



Forssan liikuntatoimi  
julkaisee syksyn 2021 aikana  
kerran kuussa tuolijumpan youtube-kanavallaan.

Julkaisupäivä on kuukauden ensimmäinen  
maanantai alkaen 6.9., poikkeus joulukuu, jolloin  
julkaisu on perjantaina 3.12.

Mukaan päästäksesi tarvitset tietokoneen,  
tabletin tai älykännykän. Mene nettiin youtubeen  
ja kirjoita hakukenttään Forssan liikuntatoimi.

Voit voimistella kotonasi, kerhossa, mökillä yksin,  
kaksin kaverin kanssa tai isommallakin porukalla.  
Silloin kun sinulle sopii.

**Tervetuloa mukaan!**

Forssan liikuntatoimi