

Työttömien loma

Lomapirtin työttömien lomalta saat virtaa!

Lomaviikon liikuntatuokioissa huolletaan kehoa ja nautiskellaan luonnossa liikkumisesta. Saat yksilöllisiä vinkkejä kehon kunnossapitoon ja vinkkejä arkeen tietoisuista.

Loman toimintatuokioissa opetellaan tuntemaan paremmin myös itseä:

olenko kuuntelija, muiden auttaja vai synnynnäinen joukkojen johtaja? Tutkiskelemme omia rooleja ja ryhmässä toimimisen tapoja hauskojen harjoitusten kautta.

Kokeile lomalla jotain uutta!

Tutustumme yhdessä seurapeleihin ja pidämme hauskaa uusien liikuntalajien parissa. Leppoisassa miljöössä ja seurassa on helppo rentoutua. Luonnon rauhaa löydät läheisiltä metsäpoluilta, mutta myös grillikodalta leijaileva savun tuoksu ja Vangasjärven taakse laskeva aurinko ovat elämyksiä jo itsessään.

