

# Karvian liikuntapalveluiden Terveyskioski

## Iloa liikunnasta!

### Terveyskioskin maksuton lainauspalvelu:

- \* kaksi Annu-Leijonan liikuntakassia
- \* kaksi mölkkypeliä
- \* neljä sup-lautaa ja pelastusliivejä
- \* kaksi fatbike-pyörää
- \* kaksi tandempyörää
- \* kahdet liukulumikengät
- \* erimittaisia kävelysauvoja
- \* selättimiä (max 110 kg)
- \* vastuskuminauhoja
- \* kahvakuulia
- \* jumppakeppejä
- \* ravitsemusoppaita
- \* kunto- ja terveyslääkintäkirjoja
- \* kuusi paria lumikenkiä
- \* potkukelkkoja
- \* frisbeekiekkoja + laukku
- \* anna vinkki: mitä muuta haluaisit?



- Seuraa kehosi hyvinvointia ja saavuttamiasi tuloksia – liikuntaneuvoja tekee InBody-laitteella kehonkoostumusmittauksia.
  - Liikuntaneuvoja tekee kuntotestejä.
  - Terveyskioskista löytyy myös käden puristusvoimaa mittaava laite.
- ➔ Varaa aika testeihin (inbodytesti 20€).

**Yhteydenotot ja varaukset: liikuntaneuvoja Tiina Koski / 040-7035618**

# Karvian liikuntapalvelut