

Liikumispäev „Sinu sammud loevad“

22. aprill 2012

HARJUMAA

Tallinn, Nõmme

Kogunemiskoht: Pääsküla raba (Suvila ja Kalda tänava ristmiku läheduses)

Start avatud: 11.00-13.00

Toimub: kepikõnd 6,3 km

käimine 6,3 km

jooksmine 6,3 km

Lisainfo: <http://www.rabajooks.ee/?op=body&id=345>

Anija

Kogunemiskoht: Anija Valla Spordikeskus

Start avatud: 14.00

Toimub: kepikõnd 5 km

käimine 5 km

Mõõdetakse veresuhkrut ja vererõhku

Lisainfo: Indrek Lillsoo, sport@anija.ee

Keila

Kogunemiskoht: Keila Tervisekeskus

Start avatud: 11.00

Toimub: kepikõnd 5 ja 7 km

käimine 5 ja 7 km

Lisainfo: Jaanus Väljamäe, jaanus.valjamae@keila.ee, www.keila.ee

Kiili

Kogunemiskoht: Kiili Spordihall

Start avatud: 16:00

Toimub: kepikõnd 3 km

käimine 3 km

rattasõit 5 km

Jooga, avatud jõusaal (jooksulint, sõudeergomeeter, trenaažöörid jne)

Lisainfo: Anu Altmets, anu.altmets@kiilivarahaldus.ee

Kose

Kogunemiskoht: Kose Spordimaja

Start avatud: 12.00

Toimub: kepikõnd 5 km

käimine 5 km

Lisaks matkale toimub ka hantlitega võimlemine ja 60min vesiaeroobika

treening.

Lisainfo: Karolin Veermäe, karolin1986@hotmail.com, www.kosevald.ee,
www.spordimaja.ee