

Aikuisratsastajien hyvinvointi-ilta helmikuussa

Ratsastajainliitto järjestää yhdessä LähiTapiolan ja Unikulman kanssa aikuisratsastajien hyvinvointi-illan Espoossa perjantaina 9.2.2018 klo 17.00-20.30.

Kyseessä on todellinen hemmotteluilta kaikille ratsastusseurojen jäsenille. Teemana on ratsastajan kokonaisvaltainen hyvinvointi. Hyvinvointi-ilta koostuu lyhyistä luennoista ja tietoisuista, hyvästä ruuasta ja juomasta sekä esittelyosastoista. Illan tähtiluennoitsijana toimii Marko Yrjövuori, joka niittänyt mainetta Suomen menestyksekkäimpänä fysiikkavalmentajana aina Susijengistä NBA-joukkueisiin.

Tilaisuus on maksuton kaikille ratsastusseuran jäsenille, ilmoittaudu mukaan viimeistään torstaina 1.2.2018, linkki ilmoittautumiseen löytyy lisätietoja -osoitteen kautta.

Lisätietoja [TÄÄLTÄ](#).