

---

Kokousten oheisohjelmat

## Body & mind

### 4vuodenajan lajileiri Body & Mind

Tämä lajileiri vie sinut tutustumaan lajeihin, jotka rauhoittavat ja huoltavat mieltä ja kehoa. Kurssi sopii niin miehille kuin naisillekin. Ohjelma tarjoaa rentouttavan mahdollisuuden irtiottoon arjen kiireistä rentouttavalla otteella ja sopivan väljällä ohjelmalla. Mukaan tarvitset joitakin lajikohtaisia varusteita ja innokkuutta kokeilla uusia lajeja. Tervetuloa mukaan!

**4event**

[www.4event.fi](http://www.4event.fi)

