



TIEDOTE 13.11.2021

## ASAHI NORDIC - SUOMALAINEN TERVEYSLIIKUNTA RATKAISUNA LIKKUMATTOMUUTEEN

**TERVEYSPÄIVÄ** Asahi Nordic ry järjestää Terveyspäivä 2022 -tapahtuman 9.4.2022 Helsingissä. Tapahtumapaikka on Soste ry, Yliopistokatu 5, 00100 Helsinki. Perinteisessä Terveyspäivän tapahtumassamme on sekä asiantuntijaluentoja, että kouluttajiemme ohjaamia asahi-harjoituksia.

Tapahtuman hinta 25 euroa

## Puhujat



Vertti Kiukas

*Soste ry johtaja  
pääsihteeri*



Panu Laturi

*Soste ry johtaja  
2013-2017  
Viestintätoimisto  
N2 Commsin  
toimitusjohtaja  
Vihreiden entinen  
puoluesihteeri*



Yrjö Mähönen

*Sisätautien ja geriatrian  
erikoislääkäri  
Asahin kehittäjäryhmän jäsen  
Pääkouluttaja*

Lisäksi tapahtuman aikana harjoittelemme Asahi Nordicin kouluttajien ohjauksessa ja tutustumme, miten asahi auttaa ja vaikuttaa.

**Mitä on asahi?** Asahi on suomalaista, helppoa ja tehokasta terveysliikuntaa, joka sopii kaikille. Asahi perustuu tutkittuun tietoon siitä, miten liikunta vaikuttaa terveyteen ja hyvinvointiin. Asahin kehittäjät ovat liikunnan ja lääketieteen ammattilaisia.

**Lisätietoja** **Maarit Lintukorpi, 040 747 5342, yhdistyksen varapuheenjohtaja,**  
[asahi@asahinordic.com](mailto:asahi@asahinordic.com)  
**Risto Lehto, 040 554 3954, yhdistyksen puheenjohtaja,**  
[info@asahinordic.com](mailto:info@asahinordic.com)

Tutustu asahiin [www.asahinordic.com](http://www.asahinordic.com)

Tutustu tapahtuman omaan verkkosivuun [www.terveyspäivä.fi](http://www.terveyspäivä.fi).  
Löydät tietoa myös vuoden 2021 tapahtumasta, jonka teema oli aivojen terveys.

