

Tallinna Pallipõnni lasteaia töötajate oktoobrikuu liikumisretk viis töötajad tervisemeeskonna eestvedamisel Paljassaarde matkama.□

Matk algas 15 minutilise mediteeriva kõnniga vaikuses, et saada oma mõtted selgeks ja liikumine õigesse rütmi. Seejärel läbiti mõõdukas tempos ja rõõmsalt koos juttu puhudes 9 km pikkune matkarada, mille sisse mahtusid kaunid loodusvaated ja piknik merekaldal.





Lisatud 09.10.2021