



# MEREN SELKÄ -JUHLARISTEILY - Selkäliitto 30 vuotta

Helsingistä Tallinnaan uudistetulla Europa-laivalla pe-la 25.-26.5.2018

## LAIVA-AIKATAULU:

Helsinki - Tallinna klo 18:30–08:00 | Tallinna - Helsinki klo 12:30–16:00

## HINNASTO (HINTA/HLÖ):

	4 hlöä	3 hlöä	2 hlöä
B-luokka	89	99	115
A-luokka	105	115	135

Hytit ovat yläkannen hyttejä. A-luokan hytteissä ikkuna.  
HUOM! Mahdollista varata myös puolet 2-hengen hytistä.  
Kysy 1-hengen hyttejä Matkapoijista.

## HINTA SISÄLTÄÄ:

- risteilyn valitussa hyttiluokassa
- buffet-illallisen lähtöiltana sisältäen ruokajuomat (arvo 33 €)
- asiantuntijaluennot perjantaina ja lauantaina
- laivan monipuolinen viihdetarjonta

## VARAUKSET:

Ilmoittaudu mukaan 16.4.2018 mennessä  
netissä [matkapoijat.fi/merenselka](http://matkapoijat.fi/merenselka) tai  
soittamalla myyntipalveluumme p. 010 2323 200

## LUENNOT:

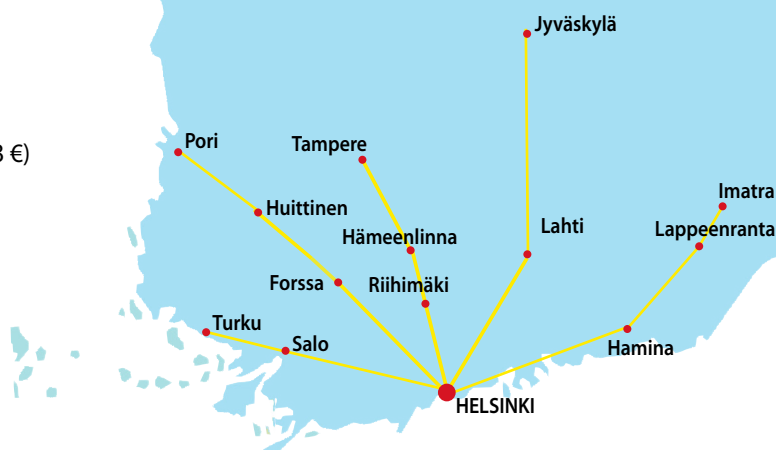
Työkaluja kivun hallintaan arjessa, kipututkija ja työterveyslääkäri **Helena Miranda**  
Leikkaushoito ikääntyvän selän ongelmassa, ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri **Heikki Österman**  
Unen ja univajeen vaikutukset terveyteen, erikoispsykologi **Tage Orenius**



Selkäliitto

30 vuotta  
selkäsi takana

Kysy liityntäkuljetuksia  
Matkapoijista!



**HUOM!** Ryhmät pyytäkää oma bussitarjous  
soittamalla 010 2323 712 / Katja Kurjenlahti-Roivas  
tai sähköpostilla [ryhmat.tampere@matkapoijat.fi](mailto:ryhmat.tampere@matkapoijat.fi)

**HA** HELSINKI  
HOSPITAL

**TEMPUR**  
**OMRON**

# MATKAPOIJAT