



MAGING AKTIBO

Lubusin ang pamumuhay!

Anuman ang iyong kakayahan, kung ikaw ay 50+ ang **Strength for Life** ay tutulong sa iyo na...

- **MAGING MALAKAS**
- **MANATILING MALAKAS**
- **PABUTIHIN ANG IYONG BALANCE**

...sa programa ng ehersisyo na dinisenyo para sa iyo!

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.cotasa.org.au, o tumawag sa 8232 0422 o makipag-ugnay kay:

