

RYHMÄLIIKUNTATILA (PIENI LIIKUNTASALI) VUOROT 2024 - 2025

päivitetty 30.8.2024

KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
7.00–8.00							
8.00–9.00		8.00-9.00 (ko sv) Aamujumppa Eila Heikkinen					
9.00–10.00							
10.00–11.00				10.00-11.00 (sv ko) Tanssi Eila Heikkinen			
11.00–12.00				11.00-12.00 (av) Tasapainorata Tuulikki Kempainen			
12.00–13.00							
13.00–14.00							
14.00–15.00			14.00-15.00 (ko sv) Kevyt liikuntatunti Eila Heikkinen				
15.00–16.00							
16.00–17.00	16.00-17.00 (ko sv) Tanssituokio yli 60v.						
17.00–18.00	17.10-18.10 (ko sv) Latino Show Arto Perjala				17.30-18.30 (ko sv) Hyvän mielen tanssitunti Marita Jurvelin		
18.00–19.00				18.00-19.00 (sv ko) Cirquit Eila heikkinen			
19.00–20.00	19.10-20.10 (sv ko) rentouttava liikunta Eila Heikkinen						
20.00–21.00							
21.00–22.00							

av = kaikille avoin maksuton vuoro, josta kunta ei peri maksua

sv = suljettu vuoro, vuorolla liikkuu vain tietty porukka

ko = kansalaisopisto, maksullinen toiminta

Oma jumppamatto ja pyyhe on suositeltava. Liikuntatiloissa liikuntaan vain sisäpelikengillä tai sisätossuilla.
Vuoron vastuhenkilö vastaa salin/käytettyjen tilojen siisteydestä ja välineiden palauttamisesta varastoon niille varatuille paikoille.