

RYHMÄLIIKUNTATILA (PIENI LIIKUNTASALI) VUOROT 2026-2027
31.8. 2026

KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIKKO	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							
11.00–12.00			11.00-12.00 (avoin) Tasapaino harjoittelu alk.7.10 Tuulikki Kemppainen				
12.00–13.00	12.40-13.40 (ko sv) Askellus tanssimusik. Tahtii Eila Heikkinen						
13.00–14.00							
14.00–15.00		14.40 -15.40 (ko sv) Kevyt liikuntatunti Eila Heikkinen					
15.00–16.00		15.55-16.55 (ko sv) Rentouttavaa liikuntaa Eila Heikkinen					
16.00–17.00			16.00-17.00 (ko sv) Lihahuolto pallolla Eila Heikkinen ?	16.00-17.00 (ko sv) Naisten liikunta Eila Heikkinen			
17.00–18.00					17.00-18.00 (ko sv) Hyvän mielen tanssitunti +40v Marita Jurvelin		
18.00–19.00							
19.00–20.00							
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 porukko 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.