

Ilmoittautumislomake



Loviisan vapaa-aikapalveluiden järjestämän terveysliikunnan ilmoittautumislomake.

Täytä lomake ja palauta se vapaa-aikapalveluiden toimistolle (Forum, Brandensteininkatu 13), Lovinfoon (Mariankatu 12A, avoinna ma-pe 9-16.00) tai vapaa-aika@loviisa.fi viimeistään perjantaina 27.8. Tiedon vesijumpparyhmään pääsystä saatte viikolla 35 ja kausi alkaa viikolla 36, tiistaina 7.9.

Nimi: _____ Puhelinnumero: _____

Vesijumppa

Mihin ryhmään toivoisit pääseväsi, merkkää ruutuun ensisijainen vaihtoehto numerolla 1, toinen vaihtoehto numerolla 2 ja kolmas vaihtoehto numerolla 3.

Tiistaisin klo 11.15-11.45

☐

Tiistaisin klo 12.15-12.45

☐

Keskiviikkoisin klo 11.15-11.45 (naiset)

☐

Keskiviikkoisin klo 12.15-12.45 (naiset)

☐

Torstaisin klo 8.15-8.45

☐

Torstaisin klo 11.15-11.45

☐

Perjantaisin klo 11.45-12.15

☐☐☐

Olen myös kiinnostunut osallistumaan ohjattuun kuntosalitoimintaan? KYLLÄ ☐ EN ☐

Lisätietoja: vapaa-aika@loviisa.fi, Karolina Hovi puh. 050 382 7554, Fanny Stam-Ravi puh. 0440 555 485.

Anmälningsblankett

Anmälningsblankett för Lovisa fritidstjänsternas hälsofrämjande motion. Fyll i blanketten och returnera den till fritidstjänsterna (Forum, Brandensteinigatan 13), Lovinfo (Mariegatan 12A, öppet må-fre kl. 9-16.00) eller per epost: vapaa-aika@loviisa.fi senast fredagen den 27.8. Info om vilken grupp ni får kommer vecka 35 och säsongen börjar vecka 36, tisdagen den 7.9.

Namn: _____ Telefonnummer: _____

Vattenjumba

I vilken grupp önskar ni delta? Fyll i rutan ditt första alternativ med siffran 1, det andra med siffran 2 och det tredje med siffran 3.

Tisdagar kl. 11.15-11.45

☐

Tisdagar kl. 12.15-12.45

☐

Onsdagar kl. 11.15-11.45 (damer)

☐

Onsdagar kl. 12.15-12.45 (damer)

☐

Torsdagar kl. 8.15-8.45

☐

Torsdagar kl. 11.15-11.45

☐

Fredagar kl. 11.45-12.15

☐☐☐

Jag är även intresserad av att delta i ledd träning i konditionssal? JO ☐ NEJ ☐

Tilläggsinformation: vapaa-aika@loviisa.fi, Karolina Hovi tel. 050 382 7554, Fanny Stam-Ravi tel. 0440 555 485.

