

KUNTOSALIN VIIKKO-OHJELMA - VECKOSCHEMA FÖR KONDITIONSSALEN 2024-25

Klo/kl.	Ma/må	Ti	Ke/ons	To	Pe/fre
7.00-8.00	Vapaata/ ledigt		Miesten jumppa	Vesijumppaajat/ vattenjumparna	
8.00-9.00	7.4., 14.4., 28.4. Liikuntapalvelut				
9.00-10.00				3.3.,10.3., 17.3.,24.3. Liikuntapalvelut	
10.00-11.00		Päivätoiminta/ dagverksamhet	Vesijumppaajat/ vattenjumparna klo/kl. 10.30-11.30	3.3.,10.3., 17.3.,24.3. Liikuntapalvelut	Ystäväkerho/ vänklubben
11.00-12.00					Vesijumppaajat/ vattenjumparna
12.00-13.00				Päivätoiminta/ dagverksamhet	Isnäs pensionärer klo/kl. 12-14.00
13.00-14.00	Nivelpiiri		Voimaa kesään-ryhmä2/ Styrka till sommaren- grupp2 alk./fr. 26.3.2025	Eläkkeensaajat klo/kl. 13-15.00	
14.00-15.00	Voimaa kesään-ryhmä / Styrka till sommaren-grupp alk./fr.o.m. 17.3.2025				
15.00-16.00					
16.00-17.00		Hengitysyhdistys klo/kl. 16-18.00	Reumayhdistys klo/kl. 16.30-17.30		
17.00-18.00					

Kysymyksiä vuoroista tai laitteista? Soita: liikuntakoordinaattorit Fanny 0440 555 485 tai Karolina 050 3827 554.
Undrar du över turer eller apparaterna? Ring: idrottskoordinatorerna Fanny 0440 555 485 eller Karolina 050 3827 554.