

KUNTOSALI

TOIMINTAKAUSI 2023 – 2024 (vk 36-50 ja 2-17)

KLO	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai	Lauantai	Sunnuntai
06.30 - 07.00	VUOSIMAKSU	VUOSIMAKSU	VUOSIMAKSU	VUOSIMAKSU	VUOSIMAKSU	VUOSIMAKSU	VUOSIMAKSU
07.00 - 7.30							
07.30- 08.00							
08.00 - 08.30	Eläkeläiset						
08.30 - 09.00	8-9.30						
09.00 - 09.30							
09.30 - 10.00	Omatoimikuntosali				Omatoimikuntosali		
10.00- 10.30	9.30-15		Omatoimikuntosali	Omatoimikuntosali	9.30 – 12		
10.30 - 11.00			10 - 15	10-11.30			
11.00 - 11.30							
11.30 - 12.00							
12.00 - 12.30					Eläkeläiset		
12.30 - 13.00					12 – 13		
13.00 - 13.30				Vetreyttä ja voimaa			
13.30 - 14.00				13.15 - 14			
14.00 - 14.30		Ikihyvä- ryhmä					
14.30 - 15.00		14 – 15					
15.00 - 15.30	VUOSIMAKSU	Nuorten kuntosali			Nuorten kuntosali		
15.30 - 16.00		15 – 16			15 – 16		
16.00 - 16.30		Matala kynnys ryhmä			VUOSIMAKSU		
16.30 - 17.00		16 - 17		VUOSIMAKSU			
17.00 - 17.30		VUOSIMAKSU					
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30			VUOSIMAKSU				
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							