

Kuntosalin varatut vuorot syksy 2020 (7.9. - 13.12.)

Ryhmät tauolla 19.10. - 25.10. (Vko 43)

Klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
8:00		8:15 - 9:45			Suljettu
9:00		Luustoyhdistys			
10:00	10:00-11:00				10:30-12:00
10:30	Kiertoharjoittelu	10:30-12.00			Kuntosalikurssi
11:00		Kuntosali 75+			
11:30					
12:00					
12:30	12:30-14:00				
13:00	Veteraanien kuntosali ja 75+		13:00-14:00		
13:30			Kiertoharjoittelu 60+		
14:00	14:00-15:00				
14:30	Työttömien kuntosali			14:30-15:30	
15:00				Kiertoharjoittelu 60+	
15:30					
16:00					
16:30					

Huomioithan kuntosalin aukioloajat ohjattujen ryhmien lisäksi!

Suljettu vuoro

Kuntosali avoinna yleisölle / opastusvuoro

