

Liikuntaryhmät syksy 2026

****Ilmoittaudu vain vesijumppaan koska paikkoja on rajoitetusti.**
Muihin ryhmiin voi osallistua ilman erillistä ilmoittautumista.

Syyskauden 2026 liikuntamaksu on 30 €, joka oikeuttaa osallistumaan kaikkiin liikuntaryhmiin.
Liikuntamaksu tulee suorittaa oma-aloitteisesti yhdistyksen tilille:
FI74 5062 0320 2155 55 Viite: 2480

Monipuolista kehonpainojumppaa ja venyttelyä (M)

Ma klo 12.15–13.15 31.8.–30.11.

Villatehdas Takomo Monitoimisali ovi B7

Kuntosali omatoiminen harjoittelu, ei ohjausta

Ma 16–17 31.8.–30.11.

Lepovillan kuntosali

Torikatu 10

Vesijumppa (M)

Ti klo 9.35–10.20 1.9.–24.11. (Ei vko 42/2026)

Sveitsin uimala

**** Ilmoittautumiset: Jaana Pelkonen alkaen 24.8.**

p. 040 5366263

Keppijumppa (E)

Ti klo 10–10.45 1.9.–24.11.

Villatehdas Ossian-sali ovi B9

Tuolijumppa (E)

To klo 12–13 3.9.–26.11.

Villatehdas Ossian-sali ovi B9

Kuntosali omatoiminen harjoittelu, ei ohjausta

To 16–17 3.9.–26.11.

Lepovillan kuntosali

Torikatu 10

Ryhmien ohjaajat: (E) Erja Nikander p. 040 544 9680

(M) Mervi Kollanus p. 040 579 9741

Lisätiedot: Jaana Pelkonen p. 040 5366263

Liikuntaryhmiin osallistuminen omalla vastuulla