



KUNTOSALI KUNTOPEURA

Marraskuu 2022

| kello | maanantai | tiistai | keskiviikko | torstai | perjantai | lauantai | sunnuntai |
|--------|------------------------------------|--|--------------------------|-------------------------------|---|----------------------------------|----------------------------------|
| 7.30-9 | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | | |
| 9-10 | Itsenäinen harjoittelu | Vapaaehtoisten sali-varaus klo 9-10.15 | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu + ohjaaja paikalla | | |
| 10-11 | Kuntosali-ryhmä Pirjo Malinen | Vapaaehtoisten sali-varaus klo 9-10.15 | Itsenäinen harjoittelu | Kuntosali-ryhmä Pirjo Malinen | Itsenäinen harjoittelu + ohjaaja paikalla | | |
| 11-12 | Kuntosali-ryhmä Pirjo Malinen Asti | Itsenäinen harjoittelu | Ryhmä Kierto-harjoittelu | Kuntosali-ryhmä Pirjo Malinen | Itsenäinen harjoittelu + ohjaaja paikalla | Itsenäinen harjoittelu klo 11-14 | Itsenäinen harjoittelu klo 11-14 |
| 12-13 | Kuntosali-ryhmä Pirjo Malinen | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Kuntosali-ryhmä Pirjo Malinen | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu klo 11-14 | Itsenäinen harjoittelu klo 11-14 |
| 13-15 | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Suljettu ryhmä klo 13-14 | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu klo 11-14 | Itsenäinen harjoittelu klo 11-14 |
| 15-17 | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | Itsenäinen harjoittelu | | |

Kuntosalimaksu:

- Kuntosalin käyttömaksu 3€ /kerta tai kausikortti 3 kk/25 €.
- Maksu ravintolan kassalle.
- Pidä kausikortti tai kuitti kertamaksusta mukana mahdollista tarkistusta varten.

Tiedustelut ja ohjaus

Satu / puh. 040 635 9420
 satu.leinonen@tamperemissio.fi
 Peurankallion Lähitori,
 Peurankallionkatu 10, 33230 Tampere

Kuntosali varattu merkityllä ajalla.

Naisten ja miesten pukuhuoneet vaihtaneet paikkaa.

Kuntosalin käyttö omalla vastuulla!

TAMPERE
MISSIO



Palveluja.
Kohtaamisia.

PEURANKALLION LÄHITORI



TAMPERE
LÄHITORIT