

# TOUKOKUU LIIKUNTARYHMÄT

## Maanantaisin

KLO 10-10.45	PERHETEMPPU, 6.5. SAAKKA
KLO 11-12	KUNTOTANSSI, 6.5. SAAKKA
KLO 12.15 -13.40	LIHASTAUTIYHDISTYKSEN JUMPPARYHMÄ
KLO 16-17	ISTUMAJOOGA, 4€
KLO 17-18	SENIORIJOOGA, 4€

## Keskiviikkoisin

KLO 10-11	PIRJON TUOLIJUMPPA. 2 €
KLO 10-11	VIRKEÄT IKÄMIEHET. NÄÄSVILLE RY:N RYHMÄ
KLO 11-12	KIERTOHarjoittelu. OMATOIMINEN RYHMÄ
KLO 13-14	PIRJON KUNTOSALIRYHMÄ
KLO 15-16	HENGITYSJUMPPA, AVOIN RYHMÄ (EI 22.5.)

## Torstaisin

KLO 16.45-17.45	SELKÄYHDISTYKSEN FASCIA-RYHMÄ, 85€/KAUSI
KLO 18-19	SELKÄYHDISTYKSEN SELKÄSI HYVÄKSI -RYHMÄ 85€/KAUSI

**SELKÄYHDISTYKSEN RYHMÄT 16.5. SAAKKA.**

## Perjantaisin

KLO 9-11	KIRSTIN KUNTOSALIN STARTTIRYHMÄ, VARAA AIKA
----------	---

## Lauantaisin

KLO 11-12	ZUMBA GOLD -RYHMÄ, 5€
KLO 12-13	KEHONHUOLTORYHMÄ, 5€

**KATSO VIIKKOKOHTAISESTI  
TOTEUTUMINEN KK-OHJELMASTA**

# TOUKOKUU MUUT RYHMÄT

## Maanantaisin

KLO 14.30-18 SHAKKI-KERHO ALOITTELIJOILLE JA EDISTYNEILLE  
6.5. SAAKKA

## Tiistaisin

KLO 14-15.30 LIISAN ENKKURYHMÄ, 7.5. SAAKKA

## Keskiviikkoisin

KLO 13-14 OSKUN RÖNSYRIIHI

## Torstaisin

KLO 10-11 AIVOTREENI  
KLO 12-13 RUNOPYSÄKKI, 2.5. SAAKKA

## Perjantaisin

KLO 11.15-12 LEVYRAATI  
KLO 14-15 RAAMATTUPIIRI, 17.5. SAAKKA

**KATSO VIIKKOKOHTAISESTI  
TOTEUTUMINEN KK-OHJELMASTA**

# TOUKOKUU YRITTÄJÄT

TIISTAISIN  
KLO 10.15 - 11.15

POHJOLAN MARJAT TORIMYYNTIÄ,  
AULASSA

KE 8.5.  
KLO 10.30 - 13

ORKIDEA KOTIPALVELUT,  
MYYTÄVÄNÄ MYÖS  
LUONNONKOSMETIIKKA JA  
APUVÄLINEITÄ, AULA

