

Kuntosali Kuntopeura

MARRASKUU 2024

AIKA	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
7.30							
8.00							
9.00		5.11. laiteopastus			Kirstin kuntosalistartti ajanvarauksella		
10.00	Pirjon ohjatut ryhmät		Virkeät ikämiehet	Pirjon ohjatut ryhmät			
11.00	Tiedustelut 040 773 7087		Kierto-harjoittelu	Tiedustelut 040 773 7087			
12.00		Naisten avoin vuoro			Senioriavun ryhmä klo 12.30-13.30		
13.00	11.11. Virkeät ikämiehet klo 13-14.15		Pirjon kuntosaliryhmä				
14.00							
15.00					Mission vuoro Varattu 15.30 alkaen		
16.00							

TIEDOTTEET

Kuntosali varattu oranssilla merkityillä ajoilla!

Kuntosalimaksu muuttunut 1.10. alkaen. 3kk kortti poistuu myynnistä ja tilalle tulee 1kk kortti (hinta 10€/kk). Voit käyttää vanhan 3kk korttisi loppuun.

Kuntosalimaksu

- 3€/kerta tai 10€/1kk
- Maksu ravintolan kassaan
- Pidä maksutosite / kuukausikortti mukanas mahdollista tarkistusta varten.

Kuntosalin käyttö on omalla vastuulla.

Hello November

**Tiedustelut arkisin klo 9-15
fysioterapeutti ti ja pe 040 635 9420
palveluohjaaja arkisin 040 749 9694**

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

TAMPERE
MISSIO 



Lähitori
Arjen tukea ja kohtaamisia