

KUNTOSALIN VAKIOVUOROT

Ryhmien aikana kuntosali on asiakkaille avoinna normaalisti. Huomio kyseisinä aikoina kuntosalin ruuhkaisuus, ryhmät tekevät kiertoharjoittelua jolloin tietyt laitteet ovat varattuna ryhmän aikana.

(Ryhmien koot 10-20 henkilöä)

RYHMÄ	PÄIVÄ	KLO	KAUSI
Senioreiden kuntosali A	Tiistai	9.15-10.15	10.9.-26.11.2019 7.1.-7.4.2020
Senioreiden kuntosali B	Tiistai	10.30-11.30	10.9.-26.11.2019 7.1.-7.4.2020
Senioreiden kuntosali D	Tiistai	12.45-13.45	10.9.-26.11.2019 7.1.-7.4.2020
Senioreiden kuntosali C	Tiistai	14.00-15.00	10.9.-26.11.2019 7.1.-7.4.2020
Kuntoutusyksikön kuntosali	Keskiviikko	11.30-12.30	
Seutuopisto Naisten kuntosali	Tiistai	17.45-19.00	10.9.-26.11.2019 7.1.-7.4.2020
Hoitoliikunnan kuntosaliryhmä	Torstai	12.00-13.00	
Seutuopisto Miesten kuntosali	Torstai	19.00-20.30	12.9.-28.11.2019 9.1.-16.4.2020
Kuntoutusyksikön kuntosali	Perjantai	11.30-12.30	