

# ALLASVUOROT SYKSY 2020

klo	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai	lauantai
12:00						
12:15	SPR			Erli		
12:30	parittomat vkot			Viileä vesi		Kimmon
12:45	12:15-13:00			12:15-13:00		Kuntovesijumppa
13:00	Nivelpiiri		Kuntoutusyksikön		Kuntoutusyksikön	parittomat viikot
13:15	13:05-13:50		vesijumppa	ErLi	vesijumppa	12:00-13:05
13:30			13:00-13:45	Selkä	13:00-13:45	
13:45				13:15-14:00		
14:00	ErLi		ErLi		Eläkeliitto	
14:15	Sydän		Nivel			
14:30	14:00-14:45	Eläkkeensaajat	14:00-14:45		14:00-14:45	
14:45						
15:00	ErLi	14:30-15:15	ErLi			
15:15	Nivel		Selkä	ErLi		
15:30	15:00-15:45		15:00-15:45	Selkä		
15:45				15:15-16:00		
16:00			ErLi			PAHL
16:15			Nivel			Allaslentopallo
16:30			16:00-16:45	Pmk.		16:00-17:30
16:45		Voimaa Vedestä		Invalidit		
17:00	Liikuntaneuvonnan	16:45-17:15		16:15-17:00		
17:15	Vesijumppa				Kaupungin TyHy	
17:30	17:00-17:45		Aquaboxing	17:15-17:45		
17:45			17:30-18:00			
18:00	Syvän veden jumppa			Äijävesi		
18:15	18:00-18:30		Kimmon Hardcore	18:00-18:30		
18:30			18:15-18:45			
18:45						
19:00						
19:15						

**Voimaa Vedestä, Syvän veden jumppa, Aquaboxing ja ÄijäVesi ovat kaikille avoimia vesijumppia ja osallistumismaksu 2,50€ maksetaan kassalle. PAHL Allaslentopallo kaikille avoin ja maksuton.**

Lämminvesiallas

Iso allas, radat 1-2(3)