

LIIKUNTA- JA KUNTOSALIN OHJATUT RYHMÄT

Kevät 2012

MAANANTAI

veteraanien kuntoiluryhmä	13.30-14.30
kahvakuularyhmä	17.00-18.00
naisten ohjattu kuntosali	18.15-19.15

TIISTAI

ikäntyvien ohjattu kuntosali	12.00-13.00
ikäntyvien ohjattu kuntosali	13.00-14.00
kahvakuularyhmä	18.00-19.00
miesten kahvakuula	19.00-20.00

TORSTAI

kahvakuularyhmä	17.00-18.00
naisten ohjattu kuntosali	18.15-19.15

PERJANTAI

ikäntyvien ohjattu kuntosali	13.00-14.00
------------------------------	-------------

LAUANTAI

kahvakuularyhmä	12.30-13.30
-----------------	-------------