

Toukokuun ohjattu toiminta

2.5. - 1.6.18

Vesijumpat:

Aquapower maanantaisin klo 18.30 - 19.15

Päevän vesitreeni tiistaisin ja torstaisin klo 14.30 - 15.00.

Aamuvesitreeni keskiviikkoisin klo 7.00 - 7.30

Hinta kaikkiin: sisäänpääsymaksu (1.5. ja 10.5. ei ohjauksia)

Kuivajumpat:

Bootcamp maanantaisin klo 17.30 - 18.15 uimahallin alasali

Hinta: 5 € / 4€ (1.5. ei ohjausta)

Kahvakuulatreeni keskiviikkoisin klo 17.00 - 18.00 nuorisotalo

Hinta: 5 € / 4 € (9.5. klo 18-19, 30.5. ohjaus ulkona)

Kuntojumppa keskiviikkoisin klo 17.00 - 18.00 tatamilla

Hinta: 3€ / ohjauskerta

Kuntojumppa torstaisin klo 12.00 - 13.00 tatamilla

Hinta: 3 € / ohjauskerta (10.5. ei ohjausta)

Senioricircuit perjantaisin klo 8.00 - 9.00 kuntosalilla

Hinta: seniorikortti / eläkeläisen sis.pääsymaksu

