



Liiku mieli hyväksi-liikuntaryhmät

Syksy 2017

28.8-17.12.2017

VESIVOIMISTELU

Tied.: Allasosasto, puh. 040 3502528

MAANANTAISIN

alkaen 28.8.

(sisäänpääsy alkaa klo 14.00 ja päättyy klo 15.00)

klo 15.00-15.30

Uimahalli/

monitoimiallas

LIIKUNTA- JA VENYTTELYJUMPPA

Tied.: Kaija Herd, puh. 040 8302703

TIISTAISIN

alkaen 29.8.

klo 14.00-14.45

Liikuntahalli/

yläkerta

KUNTOSALI- JA PALLOILURYHMÄ

Tied.: Louhentupa puh. 044 356 6720

Omatoiminen ryhmä

KESKIVIIKKOISIN

alkaen 30.8.

(sisäänpääsy kuntosalille klo 12.30-14.00 välillä)

klo 12.30-14.00

klo 14.00-15.00

Uimahallin kuntosali

Liikuntahalli

PALLOILURYHMÄ

Tied.: Louhentupa puh. 044 356 6720

TORSTAISIN

alkaen 31.8.

klo 15.00-16.00

Liikuntahalli

SÄHLYRYHMÄ

Tied.: Louhentupa, puh. 044 356 6720

Omatoiminen ryhmä

PERJANTAISIN

alkaen 1.9.

klo 15.00-16.30

Liikuntahalli

Liiku Mieli Hyväksi

**Iisalmen Kaupunki, Liikuntapalvelut
Iisalmen Mielenterveystuki ry**