

# KUNTOSALIVUOROT syyskuu-joulukuu 2023

Klo	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI	
5:00								5:00
6:00	sekavuoro: naiset/ miehet		sekavuoro: naiset/ miehet		sekavuoro: naiset/ miehet			6:00
7:00				sekavuoro: naiset/ miehet		sekavuoro: naiset/ miehet		7:00
8:00	siivous		siivous		siivous			8:00
9:00		sekavuoro: naiset/ miehet						9:00
10:00			sekavuoro: naiset/ miehet		sekavuoro: naiset/ miehet	*Eläkeläisten avoin vuoro		10:00
11:00			*Työpaja	*Fysioterapia		*Uu/Liinat		11:00
12:00	sekavuoro: naiset/ miehet				Naisten vuoro			12:00
13:00		*Uurastupa		Koulukeskuksen kuntosalikurssi			sekavuoro: naiset/ miehet	13:00
14:00								14:00
15:00								15:00
16:00			sekavuoro: naiset/ miehet			sekavuoro: naiset/ miehet		16:00
17:00	*Ohjatut kuntosaliryhmät	sekavuoro: naiset/ miehet			sekavuoro: naiset/ miehet			17:00
18:00				sekavuoro: naiset/ miehet				18:00
19:00								19:00
20:00	sekavuoro: naiset/ miehet							20:00
21:00								21:00

**Värilliset kentät: Siivouksen aikana kuntosali ei käytössä.**

\*Varatuilla vuoroilla kuntosali on vain mainittujen ryhmien käytössä.