

KUNTOSALIVUOROT tammikuu-toukokuu 2025

Klo	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI						
5:00													
6:00	sekavuoro: naiset/ miehet		sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet							
7:00													
8:00													
8:00	siivous		siivous		siivous								
9:00	sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet		*Ohjattu kuntosali	sekavuoro: naiset/ miehet		sekavuoro: naiset/ miehet						
10:00				sekavuoro: naiset/ miehet				sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet	*Eläkeläisten avoin vuoro			
11:00								*Fysioterapia		*Liinat			
12:00								*Hyvän tuulen paja	sekavuoro: naiset/ miehet	Naisten vuoro			
13:00								*Uurastupa					
14:00													
15:00										*Koulun kuntosalikirssi			
16:00													
17:00				*Ohjattu kuntosali				sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet	sekavuoro: naiset/ miehet	
18:00													
19:00													
20:00	sekavuoro: naiset/ miehet												
21:00													

Värilliset kentät: Siivouksen aikana kuntosali ei käytössä. Juhlapyhinä ei siivousta.

*Varatuilla vuoroilla kuntosali on vain mainittujen ryhmien käytössä.

Ryhmävuoroja, jolloin salilla saa olla myös muita:

Ma klo 15-16 HSM kerho

Ti 8.4.-20.5. klo 15-16.30 Koulun kuntosalikerho

To klo 16-17 HSM kerho

Pe klo 9.30-10.30 Ikäihmisten kuntosali

