

# KUNTOSALIVUOROT elokuu-joulukuu 2025

| Klo   | MAANANTAI                         | TIISTAI                      | KESKIVIikko                  | TORSTAI                       | PERJANTAI                         | LAUANTAI                     | SUNNUNTAI                    |                              |       |
|-------|-----------------------------------|------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|-------|
| 5:00  | sekavuoro: naiset/<br>miehet      |                              | sekavuoro: naiset/<br>miehet |                               | sekavuoro: naiset/<br>miehet      | sekavuoro: naiset/<br>miehet |                              | 5:00                         |       |
| 6:00  |                                   |                              |                              |                               |                                   |                              |                              | 6:00                         |       |
| 7:00  |                                   |                              |                              |                               |                                   |                              |                              | 7:00                         |       |
| 8:00  | siivous                           | sekavuoro: naiset/<br>miehet | siivous                      | sekavuoro: naiset/<br>miehet  | siivous                           |                              |                              | 8:00                         |       |
| 9:00  | sekavuoro: naiset/<br>miehet      |                              | sekavuoro: naiset/<br>miehet |                               | *Ohjattu kuntosali<br>1.9. alkaen |                              |                              | 9:00                         |       |
| 10:00 |                                   |                              |                              |                               | sekavuoro: naiset/<br>miehet      |                              |                              | *Eläkeläisten<br>avoin vuoro | 10:00 |
| 11:00 |                                   | *Fysioterapia                |                              | *Liinat                       |                                   | 11:00                        |                              |                              |       |
| 12:00 | sekavuoro: naiset/<br>miehet      | *Uurastupa                   | *Hyvän tuulen<br>paja        | sekavuoro: naiset/<br>miehet  | Naisten vuoro                     |                              | sekavuoro: naiset/<br>miehet | 12:00                        |       |
| 13:00 |                                   |                              |                              | *Kuntosali koulun<br>käytössä |                                   |                              |                              |                              | 13:00 |
| 14:00 |                                   |                              |                              |                               |                                   |                              |                              |                              | 14:00 |
| 15:00 | 15:00                             |                              |                              |                               |                                   |                              |                              |                              |       |
| 16:00 | *Ohjattu kuntosali<br>1.9. alkaen | sekavuoro: naiset/<br>miehet | sekavuoro: naiset/<br>miehet | sekavuoro: naiset/<br>miehet  | sekavuoro: naiset/<br>miehet      | sekavuoro: naiset/<br>miehet |                              | 16:00                        |       |
| 17:00 |                                   |                              |                              |                               |                                   |                              |                              | 17:00                        |       |
| 18:00 |                                   |                              |                              |                               |                                   |                              |                              | 18:00                        |       |
| 19:00 | sekavuoro: naiset/<br>miehet      |                              |                              |                               |                                   |                              |                              | 19:00                        |       |
| 20:00 |                                   |                              |                              |                               |                                   |                              |                              | 20:00                        |       |
| 21:00 |                                   |                              |                              |                               |                                   |                              |                              | 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:  
Ti klo 15-16 Harrastamisen Suomen mallin kuntosali  
Ke klo 9.30-10.30 Ikäihmisten kuntosali  
Ke klo 15-16 Koulukeskus / TYKY

