

Yhtenäiskoulun liikuntasalin vakiovuorot syksy 2025

Maanantai

klo 16.45 – 18.15

Yksityinen vuoro

klo 18.30 – 19.30

JoVoLi - Maanantain jumppa

Tiistai

klo 16.30 – 17.15

Liikettä Niveliin! -ryhmä

klo 18.30 – 20.00

Lentopallovuoro

Keskiviikko

klo 17.00 – 18.00

Puulan seutuopisto - Kehonhuolto

klo 18.00 – 18.45

Puulan Seutuopisto - Miesten kuntopiiri

klo 18.45 – 19.30

Puulan Seutuopisto - Tehotreeni

klo 19.30 – 20.30

Puulan seutuopisto - Seasonal Yoga

Torstai

klo 17.30 – 18.30

JoVoLi - Temppujumppa 4-6v.

klo 18.30 – 19.30

JoVoLi - Pilates

Perjantai

klo 18.30 – 20.00

Lentopallovuoro

Lauantai

klo 10.00 – 12.00

Peuhuvuoro, alkaen la 6.9.

(Jokaisen kuukauden ensimmäinen lauantai, syys-huhtikuu)

Sunnuntai

klo 16.45 – 17.45

JoVoLi - Pilates

klo 18.00 – 19.30

Lentopallovuoro

