

Kivijärven toimintakeskuksen liikuntasalin käyttövuorot 1.1.2025 - 30.4.2025

Päivitetty 31.12.2024

			Vastuuhenkilöt
Maanantai			
	13:45-14:45	Kunto tsemppi	13.1.-28.4.25 Helena Lensu-Saukkonen
Tiistai			
	10:00-10:45	Kuntoliikunta 60+	7.1.-8.4.25 Tatiana Nokelainen
	17:30-18:15	Kahvakuulatreeni	7.1.-8.4.25 Sanna Berg
	18:15-19:00	Tehojumppa	7.1.-8.4.25 Sanna Berg
	19:00-19:45	Kehonhuoltoa ja liikkuvuutta	7.1.-8.4.25 Sanna Berg
Keskiviikko			
	9:00-11:00	Eskarit	1.1.-30.6.25 Elina Suntila
	17:00-17:45	Hengitysjumppa	8.1.-9.4.25 Tatiana Nokelainen
	18:00-19:30	Pranajama-jooga	8.1.-9.4.25 Tatiana Nokelainen
Torstai			
	9:00-11:00	Perhepäivähoito	1.1.-30.6.25 Elina Suntila
	15:00-16:30	Senioritanssi	9.1.-10.4.25 Sirkka Vento
	17:30-19:45	Näytelmäpiiri	23.1.-15.5.25 Marjaana Tykkyläinen
Perjantai			
	09:00-11:00	Eskari	1.1.-30.6.25 Elina Suntila
	15:00-17:00	Sisuke	1.1.-30.4.25 Raimo Nenonen
	17:00-19:00	Mika Kuismanen	1.1.-30.4.25 Mika Kuismanen
Lauantai			
Sunnuntai			