

IKÄIHMISTEN KESÄOHJELMA 2017

IKÄIHMISTEN ULKOLIIKUNTA

kokoontuminen

Salmelan koulun pihalla

maanantaisin klo 14.00 – 15.00

22.5 – 26.6.

maksuton

IKÄIHMISTEN KUNTOSALI

aloittelijoille

Terveysaseman kuntosali

tiistaisin klo 9.30 – 11.00

23.5 – 27.6.

Hinta 10 € / kurssi

IKÄIHMISTEN FRISBEEGOLF

tutustuminen lajiin

Salmen koulun frisbeegolf rata

tiistaisin klo 12.30 – 14.00

23.5 – 27.6.

maksuton

IKÄIHMISTEN PORUKKAKÄVELY

Suomi 100 vuotta teemalla

kävellään 100 km yhdessä

kokoontuminen kirjaston edessä

keskiviikkoisin klo 10.00 – 11.30

24.5 – 28.6. (ei 31.5.)

maksuton

VESILIIKUNTAA:

VESIJUMPPA 1

uimahallilla

ei ennakoilmoittautumista

torstaisin klo 14.00 – 14.30

1.6 – 29.6.

Hinta: 3,50 € / kerta

VESIJUMPPA 2

uimahallilla

ei ennakoilmoittautumista

torstaisin klo 14.30 – 15.00

1.6 – 29.6.

Hinta 3,50 € / kerta

Ohjaajana ryhmissä toimii vs. erityisliikunnanohjaaja Ossi Pulkkinen

Lisätietoja p.044 750 2328