

Liiku mieli hyväksi-liikuntaryhmät

Kevätkausi 2019

7.1.-28.4.2019

VESIVOIMISTELU

Tied.: Allasosasto, puh. 040 3502528

MAANANTAISIN
alkaen 7.1.

klo 15.00-15.30

Uimahalli/
monitoimiallas

LIIKUNTA- JA VENYTTELYJUMPPA

Tied.: Kaija Herd, puh. 040 8302703

TIISTAISIN
alkaen 8.1.

klo 14.00-14.45

Liikuntahalli/
yläkerta

KUNTOSALI- JA PALLOILURYHMÄ

Tied.: Louhentupa puh. 044 356 6720
Omatoiminen ryhmä

KESKIVIIKKOISIN
alkaen 9.1.

klo 12.30
klo 14.00-15.00

Uimahallin kuntosali
Liikuntahalli

SÄHLYRYHMÄ

Tied.: Louhentupa puh. 044 356 6720

TORSTAISIN
alkaen 10.1.

klo 15.00-16.00

Liikuntahalli

PALLOILURYHMÄ

Tied.: Louhentupa, puh. 044 356 6720
Omatoiminen ryhmä

PERJANTAISIN
alkaen 11.1.

klo 15.00-16.30

Liikuntahalli

Liiku Mieli Hyväksi

Iisalmen Kaupunki, liikuntapalvelut
Iisalmen Mielenterveystuki ry