

ASIKKALAN LIKUNTAPALVELUIDEN LIKUNTAKALENTERI

SYKSY 2024-KEVÄT 2025

SYKSY 2.9- 13.12.2024 (syysloma vko 43) / KEVÄT 7.1- 25.4.2025 (hiihtoloma vko 9)



Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
<p>KUNTOJUMPPA Klo 12.00-12.50 Vääksyn Yhteiskoulu</p> <p>KEHONHUOLTO Klo 13.00-13.55 Vääksyn yhteiskoulu</p> <p>TUOLIJUMPPA Klo 14.45-15.30 Honkarinne</p>	<p>VESIJUMPPA 1 Klo 9.45-10.15 Padasjoen uimahalli</p> <p>VESIJUMPPA 2 Klo 10.15-10.45 Padasjoen uimahalli</p> <p>KIERTOHarjoittelu 12.30-13.15 Honkarinne</p> <p>SYVÄVENYTTELY JA RENTOUTUS 13.30-14.15 Honkarinne</p> <p>KEVYT KUNTOJUMPPA 16.00-17.00 Kalkkinen</p> <p>LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA Klo 17.00-17.50 Aurinkovuoren koulu</p> <p>KEHONHUOLTO Klo 18.00-18.55 Aurinkovuoren koulu</p>	<p>MIESTEN LIKKUVUUS & KEHONHUOLTO 12.30-13.20 Honkarinne</p> <p>OHJATTU KUNTOSALI 14.00-15:00 Liikuntahalli</p> <p>MOTORIIKKAKERHO Klo 16.00-16.50 Aurinkovuoren koulu</p> <p>KUNTOSALIN STARTTIKURSSI 4.9.-18.9. 17.00-18.00 Liikuntahalli</p>	<p>OHJATTU KUNTOSALI 1 Klo 8.30-9.30 Liikuntahalli</p> <p>OHJATTU KUNTOSALI 2 Klo 9.30-10.30 Liikuntahalli</p> <p>OHJATTU KUNTOSALI 3 Klo 10.30-11.30 Liikuntahalli</p> <p>KIERTOHarjoittelu KUNTOSALILAITTEILLA Klo 11.30-12.30 Liikuntahalli</p> <p>LAVIS-LAVATANSSIJUMPPA Klo 14.30-15.20 Aurinkovuoren koulu</p>	<p>SENIORITANSSIMIX Klo 9.30-10.15 Honkarinne</p> <p>KEHONHUOLTO KEVENNETTY Klo 10.30-11.15 Honkarinne</p> <p>TERVE SELKÄ/ KEHONHUOLTO 12.15-13.10 Honkarinne</p>



LISÄTIETOJA JA
ILMOITTAUTUMINEN
MA 19.8.2024 KLO 8.00 ALKAEN

Sähköisesti:
www.asikkala.fi/ilmoittautuminen

Puhelimitse:
Suvi Eliasson 044 778 0021
Oona Vahvelainen 044 778 0773

Maksuton kokeilumahdollisuus
kaikkiin liikuntaryhmiin!

OSALLISTUMISMAKSUT:

Päiväryhmät/seniorit:
25€/syksy, 25€/kevät

Iltaryhmät/työikäiset:
30€/syksy, 30€/kevät

Vesijumppat:
60 €/syksy, 60 €/kevät

Lavis-lavatanssijumppat®:
35€/kevät, 35€/syksy

