KUNTOSALIN KÄYTTÖVUOROT

Ajalla 2.9.2024 - 31.5.2025

*Päivä Aika Ryhmäliikuntasali Kuntosali*

**Maanantai** klo 06.00 - 09.30 Vapaa Vapaa

klo 09.30 - 10.30 Järvi-Saimaan opisto Järvi-Saimaan opisto

klo 10.45 - 11.45 Järvi-Saimaan opisto Järvi-Saimaan opisto

klo 11.45 - 16.45 Vapaa Vapaa

klo 16.45 - 17.30 Taitoluistelu Vapaa

klo 17.30 - 22.00 Vapaa Vapaa

**Tiistai** klo 06.00 - 11.30 Vapaa Vapaa

klo 11.45 - 13.00 Voimaa vanhuuteen Voimaa vanhuuteen

klo 13.00 - 15.00 Vapaa Vapaa

klo 15.00 - 16.00 Vähän liikkuvat ikäihmiset Vähän liikkuvat ikäihmiset

klo 16.00 - 17.00 Vähän liikkuvat työikäiset Vähän liikkuvat työikäiset

klo 17.00 - 22.00 Vapaa Vapaa

**Keskiviikko** klo 06.00 - 17.30 Vapaa Vapaa

klo 17.30 – 18.30 Taitoluistelu Vapaa

klo 18.30 - 22.00 Vapaa Vapaa

**Torstai** klo 06.00 - 11.30 Vapaa Vapaa klo 11.45 - 13.00 Voimaa vanhuuteen Voimaa vanhuuteen

klo 13.00 - 17.00 Vapaa Vapaa

klo 17.00 - 18.00 Naiset / ohjattu / Lito Naiset / ohjattu / Lito

klo 18.00 - 19.00 Sekaryhmä / ohjattu / Lito Sekaryhmä / ohjattu / Lito

klo 19.00 - 22.00 Vapaa Vapaa

**Perjantai** klo 06.00 - 10.00 Vapaa Vapaa

klo 10.00 - 11.00 Voimaa vanhuuteen Voimaa vanhuuteen

klo 11.00 - 17.30 Vapaa Vapaa klo 17.30 – 18.30 Taitoluistelu Vapaa

klo 18.30 - 22.00 Vapaa Vapaa

**Lauantai** klo 06.00 - 22.00 Vapaa Vapaa

**Sunnuntai** klo 06.00 - 22.00 Vapaa Vapaa

**Taitoluistelu\*** La 9.11 ryhmäliikuntatila koko päiväksi. Taitoluistelukilpailut

**Järvi-Saimaan opisto 23.9.2024 – 30.4.2025**

**HUOM**! - Vakiovuorot ovat vain kyseisille ryhmille, ilmoita aina, kun et käytä vuoroa!

Muina aikoina kuntosali ja ryhmäliikuntatila ovat vapaasti käyttäjien käytössä

* Koulujen varaukset ERIKSEEN!

Rantasalmen Liikuntapalvelut