

KUNTOSALIVUOROT 2020 – 2021 kulku omalla kortilla MA-PE 5.30–22.00 JA LA-SU 7.00-22.00 päivitetty 26.8.2020

	KLO / VUOROT	KLO / VUOROT	KLO / VUOROT	KLO / VUOROT	
MAANANTAI	8.00-9.00 Eläkeläiset	9.00 – 19.00 Yleinen	19.15 - 20.15 Kansalaisopisto Eila Heikkinen	20.15 - 22.00 Yleinen	
TIISTAI	9.00 - 10.00 Eläkeläiset	12.00 – 18.00 Yleinen	18.15 – 19.15 Kansalaisopisto Marjatta Taskinen	19.15 – 20.15 Puolangan Ryhti/ jäähkiekko	20.15 - 22.00 Yleinen
KESKIVIIKKO	9.00-10.00 Eläkeläiset 10.00-11.00 Puolangan Syöpäkerho 11.00-12.00 Omais-Oiva	12.00 -19.00 Yleinen	18.00-19.00 Kansalaisopisto Jussi Toivomäki 19.00 - 20.00 Yläkoulu/lukio/nuoret	20.00-22.00 Yleinen	
TORSTAI	8.00 – 9.30 Yleinen 9.30 – 11.00 Työttömät	11.00-12.00 Tules ja Reuma 12.15 - 13.15 Kansalaisopisto Marjatta Taskinen	13.15–19.00 Yleinen 19.00 – 20.00 Puolangan Kunta/ Tyky	20.00-22.00 Yleinen	
PERJANTAI	8.00-9.00 Eläkeläiset 9.00-10.00 Vihlakka 10.00 – 11.00 Eläkeläiset	12.00 -13.00 Omais-Oiva	13.00-22.00 Yleinen		
LAUANTAI	8.00 – 17.00 Yleinen	17.00-18.00 Mäntykoti ja Apupiste	18.00 – 19.00 Metsähallitus	19.00-22.00 Yleinen	
SUNNUNTAI	9.00 – 16.00 Yleinen	16.00 -17.00 Miehet	17.00 – 18.00 Naiset	18.15 – 22.00 Yleinen	

VARATTUJEN KUNTOSALIVUOROJEN AIKANA KUNTOSALI ON AINOASTAAN KYSEISEN RYHMÄN KÄYTÖSSÄ. OMATOIMINEN KUNTOILU YLEISILLÄ VUOROILLA. PUOLANKAJÄRVEN KOULUN OPPILAAT KÄYTTÄVÄT KUNTOSALIA LIIKUNTATUNNEILLA TARPEEN MUKAAN.

KUNTOSALIA KOSKEVAT HUOMIOT kunta@puolanka.fi tai p. 08 6155 441. KIITOS YHTEISTYÖSTÄ!

MUKAVAA KUNTOILUA!