

KUNTOSALIVUOROT 2019 – 2020 kulku omalla kortilla MA-PE 5.30–22.00 JA LA-SU 7.00-22.00 2.9.2019

| | 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 – 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 | 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 – 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 | 19.15 - 20.15 Kansalaisopisto Marjatta Taskinen |

HUOMIOITHAN, ETTÄ VARATTUJEN KUNTOSALIVUOROJEN AIKANA KUNTOSALI ON AINOASTAAN KYSEISEN RYHMÄN KÄYTÖSSÄ. OMATOIMISEN KUNTOILUN 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!