

SYYSLOMAN OHJELMAA



MAANANTAI 14.10.19

10.00-10.45 Vesijuoksu/syvävedenjumppa
HML uimahalli hyppyallas (uimahallimaksu)

12.00-14.00 Liikunnanohjaaja kuntosalilla
HML uimahalli kuntosali (uimahallimaksu)

13.00-14.30 Yleisöluistelut
Mailalliset Pohjantähti Areena ja
mailattomat Metritiski-areena (maksuton)

TIISTAI 15.10.19

9.00-11.00 Avoin kuntosali
HML uimahalli kuntosali, kulku liikunta
salin ovista (maksuton)

13.00-14.00 Kehonhuolto
HML uimahalli liikuntasali (maksuton)

14.30-16.00 Liikunnanohjaaja kuntosalilla
HML uimahalli kuntosali (uimahallimaksu)

KESKIVIIKKO 16.10.19

9.00-9.45 Megajumppa
Elenia Areena (maksuton)

12.00-12.30 JA Vesijumppa
13.00-13.45 HML uimahalli (uimahallimaksu)

13.00-14.30 Yleisöluistelut
Mailalliset Pohjantähti Areena ja
mailattomat Metritiski-areena (maksuton)

TORSTAI 17.10.19

10.00-12.00 Liikunnanohjaaja kuntosalilla
HML uimahalli kuntosali (uimahallimaksu)

13.00-13.45 Humppisjumppa
Elenia Areena (maksuton)

PERJANTAI 18.10.19

7.00-7.45 Aamuvesijumppa
HML uimahalli allasosasto
(Hinta 2€+uimahallimaksu)

10.00-11.00 Kehonhuolto
HML uimahalli liikuntasali (maksuton)

11.00-20.00 Wibit-esterata
HML uimahalli radat 1-3 (uimahallimaksu)

13.00-14.30 Yleisöluistelut
Mailalliset Pohjantähti Areena ja
mailattomat Metritiski-areena (maksuton)

LAUANTAI 19.10.19

9.00-11.00 Tempulaari
Poltinahon salibandyhalli (Hinta 2€)

12.00-16.00 Wibit-esterata
HML uimahalli radat 1-3 (uimahallimaksu)

SUNNUNTAI 20.10.19

9.00-10.50 Yleisöluistelut
Mailalliset CCM-kaukalo ja
mailattomat Sportia-kaukalo (Hinta 2€)