

SUKEVAN LIIKUNTASALIN VIIKKO-OHJELMA 2022-2023

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI
9.00						
9.30	Pirtin sähly (9.30-10)		Päiväkoti (9-11), joka toinen parillinen vko	Pirtin jumppa (9.30-10)		
10.00						
10.30						SPR 17-20
11.00				Koulun liikunta (10-12)		
11.30	Koulun liikunta (11-13)		Liikettä ja luontoa erit. ryhmälle 11.30-12.30			
12.00		Koulun liikunta (11-14)				
12.30						
13.00			Liikuntakerho, E-2.lk 12.45-13.45			
13.30						
14.00	Eläkeläiset					
14.30	14-16	Palloilukerho, 3-6 luokat 14.20-15.20	Liikuntapiiri kaikille 13.55-14.40			SUNNUNTAI
15.00						
15.30						
16.00				Nuoret sähly srk 16-17		
16.30						
17.00		Vanhempi- ja lapsi- jumppa 16.45-17.30		Kansantanssia aikuisille 17.15-18.15		
17.30						
18.00		Koko kehon treeni aikuisille 17.45-18.45	Nuoret W 18-19			Istumalentopallo/ Kisa (18-20)
18.30						
19.00		Rentouttava kehon- huolto 18.50-19.40	Lentopallo/Kisa (19-21)			
19.30						
20.00					Palomiesyhdistys (19.30-21)	
20.30						