

# Kevään -26 avoin Kuntosaliopastus

## Sinä saat

- Ohjausta laitteiden käyttöön ja liikkeiden suorittamiseen
- Mahdollisuuden kysyä vapaasti harjoittelusta
- Mahdollisuuden testata puristusvoimasi

Pitäjissä et tarvitse voimassaolevaa kausikorttia. Vesikon ja Rantakylän kuntosaleille hinnaston mukaisella sisäänpääsymaksulla tai kausikortilla. Ei ennakoilmoittautumista.

## Aikataulut

### Vesikon

#### uimahallin kuntosali

Ma 2.2. klo 9-11  
To 5.2. klo 16-18  
Ma 2.3. klo 9-11  
Ke 8.4. klo 9-11  
To 9.4. klo 16-18  
Ma 4.5. klo 9-11

### Rantakylän

#### uimahallin kuntosali

Ma 2.2. klo 13-15  
Ma 2.3. klo 13-15  
To 5.3. klo 16-18  
Ke 8.4. klo 13-15  
Ma 4.5. klo 13-15  
To 7.5. klo 16-18

### Eno ja Uimaharju

To 19.2. klo 13-15 - Enon seniorisali  
To 19.2. klo 16-18 - Uimaharjun kuntosali  
To 16.4. klo 13-15 - Uimaharjun kuntosali  
To 16.4. klo 16-18 - Enon urheiluhallin kuntosali

### Reijola ja Hammaslahti

Ma 16.2. klo 13-15 - Reijolan yhteisötalon kuntosali  
Ma 16.2. klo 16-18 - Paavontien punttisali  
Ma 13.4. klo 13-15 - Pyhäselän koulun kuntosali  
Ma 13.4. klo 16-18 - Reijolan urheiluhallin kuntosali

### Kiihtelysvaara ja Tuupovaara

Ke 18.2. klo 13-15 - Kiihtelysvaaran kuntosali  
Ke 18.2. klo 16-18 - Tuupovaaran kuntosali  
Ke 15.4. klo 13-15 - Tuupovaaran kuntosali  
Ke 15.4. klo 16-18 - Kiihtelysvaaran kuntosali

