

Pyhtään liikuntatoimen kevät 2019



Kaikki liikuntatoimen jumprat tauolla talvilomaviikon ajan 25.2.-1.3.2019

Jumppa Huutjärven koulun salin c-osassa

Maanantaisin klo 16.00-17.00.

Tunnilla mm. keppi ja kuminauhajumppaa.

7.1.-6.5.2019

Ohjaaja: Hanna Puhakka

Jumppa aikuisille ja ikääntyville Hirvikosken koululla

Maanantaisin klo 17.30-18.30.

Jumpassa kehitetään tasapainoa, liikkuvuutta ja lihaskuntoa monipuolisesti eri välineitä käyttäen.

Jumppa on osa Liikettä niveliin - hanketta.

7.1.-6.5.2019

Ohjaaja: Siiri Kinnunen

Ohjattu kuntosalivuoro Pyroll areenalla

Tiistaisin klo 10.00-11.00.

Sinulle, joka haluat ylläpitää ja kehittää lihaskuntoasi ja liikkuvuutta.

Kuntosalivuoro on osa Liikettä niveliin - hanketta.

8.1.-7.5.2019

Ohjaaja: Siiri Kinnunen

Osallistumismaksuna kuntosalimaksu Pyroll Areenan hinnaston mukaan, ohjaus ilmainen.

Tuolijumppa Kirkonkylällä Seurakuntatalolla

Keskiviikkoisin klo 9.00-9.45.

Tule kohentamaan kuntoasi tuolijumpan merkeissä. Tuolijumppa on osa Liikettä niveliin - hanketta.

9.1.-8.5.2019

Osoite: Pappilantie 5, 49270 Pyhtää

Ohjaaja: Siiri Kinnunen

Sauvakävelyryhmä Huutjärvellä

Keskiviikkoisin

Lähtö Huutjärven koululta klo 9.30, paluu koululle noin klo 11.00.

Ryhmässä lenkkeillään lähimaastossa, sekä venytellään lenkin loppuksi.

9.1.-8.5.2019

Ohjaaja: Hanna Puhakka

Jumppa Suur-Ahvenkosken koululla

Keskiviikkoisin klo 15.00-16.00.

Tunnilla kuminauha ja keppijumppaa.

9.1.-8.5.2019

Ohjaaja: Hanna Puhakka

Nuorten kuntosalivuoro Pyroll Areenalla

Keskiviikkoisin klo 16.00-17.00.

9.1.-8.5.2019

Lisätietoja: Siiri Kinnunen

Uimahallimatkat Katariinaan

Torstaisin

Hirvikoski Lossirannantien pysäkki 9.15

Kirkonkylä 9.35

Purola päkki bub 9.45

Siltakylä kunnanvirasto 9.55

Huutjärven koulu 10.00

Heinlahden konepaja 10.05

Paluukyyti uimahallilta 12.00

Matkan hinta 9€ / krt. (sis. kuljetuksen, uimahallimaksun ja vesijumpan). Maksut laskutetaan kerran kuukaudessa.

10.1.-2.5.2019

Lisätietoja: Hanna Puhakka

Jumppaa aikuisille ja ikääntyville Purolan koululla

Torstaisin klo 17.30-18.30.

Jumpassa kehitetään tasapainoa, liikkuvuutta ja lihaskuntoa monipuolisesti eri välineitä käyttäen.

Jumppa on osa Liikettä niveliin - hanketta.

10.1.-9.5.2019

Ohjaaja: Siiri Kinnunen

Pelailuvuoro

Perjantaisin klo 20.00-21.00

Aikuisten omatoimi pelailuvuoro Huutjärven koulun salissa.

11.1.-10.5.2019

Lisätietoja: Siiri Kinnunen

Pyhtään kirkonkylän kuntosali

on vapaasti käytettävissä kaikille yli 16-vuotiaille Pyhtään kuntalaisille vuosimaksua vastaan.

Sopimusta ja maksua vastaan avaimia saa Pyhtään Kunnanviraston neuvonnasta.

Vain 60 € / vuosi.

Lavatanssikurssi alkaa 3.4. keskiviikkoisin.

Lisätietoja lähempänä alkamisajankohtaa.

Järjestäjänä Tanssikoulu Kristal p. 0405814273

Yhteystiedot / Lisätietoja:

Hanna Puhakka p. 040 710 4683

Siiri Kinnunen p. 044 767 6641

PYHTÄÄPYTTIS

Tiennäyttäjä jo vuodesta 1347