

Henkilöstö- ja yritysliikunnan liikuntakokeilut

Work Power Liikkuva Työelämä -hanke
keskiviikkoisin 15:30-16:30

- 8.9. Frisbeegolf, Huutjärven forettajat (Huutjärven urheilukenttä)
- 15.9. Metsäjooga, joogaopettaja Hanna Laukka (Huutjärven koulun piha)
- 22.9. Suunnistus, Pyhtään Voima (Aeronautica Areena)
- 29.9. Yhteinen pyörälenkki (Huutjärven koulun piha, omat pyörät)
- 6.10. Kansallispuistokävely (Valkmusa, Vastilantie 849, kello 15:45!)
- 13.10. Lippupallo, Kotka Eagles (Huutjärven urheilukenttä)
- 20.10. Kahvakuula (Huutjärven koulun piha, oma kuula)
- 3.11. Sauvakävely (Huutjärven koulun piha, omat sauvat)
- 10.11. Pieni Zumbakoulu, Kirsi Perheenmies (Huutjärven koulun sali)
- 17.11. Slow Flow -jooga (Huutjärven koulun sali, lämmin vaatetus!)
- 24.11. Yogilates (Huutjärven koulun sali, lämmin vaatetus!)
- 1.12. Padel, Janne Autio (Pyroll Areena)
- 8.12. Kuntosali (Hiomonraitin kuntosali Kirkonkylä, kello 15:45!)
- 15.12. YIN-jooga (Huutjärven koulun sali, lämmin vaatetus!)

Tunnit ovat maksuttomia. Ei ennakkoilmoittautumista.

Suluissa kokoontumisaika sekä mahdollinen poikkeava alkamisaika ja muuta huomioitavaa. Kävelysauvoja sekä kahvakuulia on lainattavissa muutamia.

Lisätiedot: liikuntaneuvoja Pia Hansson 0505354199 pia.hansson@pyhtaa.fi

