



AIKUISTEN LIIKUNTATARJONTA TYRNÄVÄLLÄ

KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ – LIIKKUMALLA KUNTOON syksy 2022 / kevät 2023 (kalenteri päivitetään kun saamme tietoa lisää ja päivitetty kalenteri löytyy kunnan kotisivuilta)

PÄIVÄ	AIKA	JÄRJESTÄJÄ	MIKÄ	PAIKKA
MA	KLO 10.00-11.00	Senioreiden liikkuvuus/kunto	Kirkkomännikkö	Liikuntatoimi
MA	KLO 11.45-12.45	Senioreiden liikkuvuus/lkunto	Temmes	Liikuntatoimi
MA	KLO 18.00-19.00	crossi	Työväentalo Ranni	Moving/katja
MA	KLO 18.30-20.00	KKI- lentopallo	Murto	Liikuntatoimi
MA	KLO 18.00-19.00	Kahvakuula	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
MA	KLO 19.00-20.00	Sähly naiset	Temmes	Taru
MA	KLO 19.00-21.30	Karate yli 14 v.	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
TI	KLO 18.00-19.00	Kuntosalijumppa, naiset	Seurojentalo	Tempaus
TI	KLO 19.15-20.15	Kuntosalijumppa, miehet	Seurojentalo	Tempaus
TI	KLO 19.30-20.30	Sähly miehet	Temmes	Temmeksen Taru
KE	KLO 10.45-11.45	Senioreiden kuntosali	Temmes	Liikuntatoimi
KE	KLO 16.30-18.00	Jooga	Päiväkotitoukovakka	K.opisto
KE	KLO 18.30-19.30	Kahvakuula	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
KE	KLO 18.30-18.45	Cirkuit	Murto	k.opisto
KE	KLO 19.00-20.00	Potkunyrkkeily yli 12 v	Päiväkotitoukovakka	Kickboxing team
KE	KLO 19.00-21.00	Lentopallo	Temmes	Temmeksen Taru
KE	KLO 19.15-20.45	Lentopallo KKI	Kuulampi	Liikuntatoimi
KE	KLO 19.30-21.30	Karate yli 14 vuotiaille	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
KE	KLO 19.30-21.00	KKI sähly	Murto	Liikuntatoimi
KE	KLO 19.30-21.00	Salibandy miehet	Rantarousti	TyPs
TO	KLO 10.30-11.30	Senioreiden kuntosali	Kuulammen liikuntahalli	Liikuntatoimi
TO	KLO 17.00-18.30	KKI-Naisten palloilu	Kirkkomännikkö	Liikuntatoimi
TO	KLO 18.00-19.00	Naisten jumppa	Temmes	taru/Moving
TO	KLO 19.00-20.00	Liikkuvuutta ja lihaskuntoa	Kuulammen peilisali	Moving/Annukka
TO	KLO 19.30-20.30	KKI sähly	Murto	Liikuntatoimi
PE	KLO 18.00-	Dartsin viikkokisat	Ravintola Ranni	Darts Club ry
PE	KLO 19.00-20.30	KKI-sähly, miehet	Rantarousti	Liikuntatoimi
LA	KLO 10.30-12.30	Karate yli 14v	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
LA	klo 11.00-14.00	Pesäpallo naiset	Kuulampi	Tempaus
LA	KLO 12.30-13.30	Kahvakuula	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
LA	KLO 17.00-19.00	Lentopallo	Temmes	Taru
SU	KLO 12.00-13.00	Potkunyrkkeily yli 12 v	Päiväkotitoukovakka	Kickboxing team
SU	KLO 17.30-19.00	Sähly, naiset	Rantarousti	TyPs
SU	KLO 19.00-21.00	Lentopallo KKI	Kuulampi	Liikuntatoimi