

Forssan liikuntatoimen TYÖTTÖMIEN LIKUNTA- RYHMÄT/ kevät 2021

* VESIJUMPPA

KESKIVIKKOISIN klo 13.15-14 ajalla 20.1.-26.5. (ei 24.2., 3.3.)
Vesihelmen terapia-altaalla. Hinta 3 € / kerta. Maksetaan kassalle.
Sisältää jumpan ja saunan.
Uinti lisämaksusta kassalle 3 €.



* JOOGA

MAANANTAISIN klo 11-12.30 ajalla 1.2.-26.4. (ei 1.3., 5.4.)
KESKIVIKKOISIN klo 15-16.30 ajalla 3.2.-21.4. (ei 3.3.)
Seurakuntatalon liikuntasalissa.

Hinta: 4 €:n jumppaseteli/ krt. 11 kerran jumppasetelivihkoja myy
Vesihelmen kassa 40 € hintaan. Ohjaajana Ritva Simola.

Varustus: joustava asu, pieni pyyhe, oma alusta.

Ilmoittautuminen p. 03-4141 5645/Pauliina. Avoin myös ikäihmisille!

* SÄHLY

TORSTAISIN klo 13-14.30 ajalla 21.1.-20.5. (ei 13.5.) Salibandyhallissa.
Hinta 1€ / kerta. Varustus: tossut ja joustava asu.
Sählyvälineitä lainataan!
Osoite: Turuntie 38.

**Ryhmät ovat tarkoitettu forssalaisille työttömille. Ryhmät sopivat
myös aloittelijoille ja huonokuntoisille!
Edulliset hinnat! Tule kokeilemaan!**

Lisätietoa p. 03-4141 5645/Pauliina Jolanki, Forssan liikuntatoimi