

Forssan liikuntatoimen

# TYÖTTÖMIEN LIIKUNTA- RYHMÄT/ kevät 2021

## \* VESIJUMPPA

**KESKIVIikkoisin klo 13.15-14** ajalla 17.2.-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 15.2.-26.4. (ei 1.3., 5.4.)  
**KESKIVIikkoisin klo 15-16.30** ajalla 17.2.-28.4. (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

**TORSTAIN klo 13-14.30** ajalla 18.2.-27.5. (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!**