

Vesiliikuntaryhmät, syksy 2018

Fysios Pikku Huopalahti

TIISTAI 4.9-11.12.2018

KESKIVIikko 5.9-12.12.2018

TORSTAI 6.9-20.12.2018

08.00		08.00		08.00	
09.00		09.00		09.00	
10.00	Vesivoimistelu seniorit / Tarja	10.00	Vesivoimistelu seniorit / Tarja	10.00	Seniorvattengymnastik / Mimmi
11.00	Seniorvattengymnastik / Karin	11.00	Seniorvattengymnastik / Mimmi	11.00	
12.00		12.00		12.00	
13.00		13.00		13.00	
14.00		14.00		14.00	
15.00		15.00		15.00	
16.00		16.00	Vesivoimistelu / Tarja	16.00	
17.00		17.00		17.00	
18.00	Vesivoimistelu kielikylpy/ Pilvi	18.30		18.00	Vesivoimistelu / Tarja
19.00		19.30		19.00	
20.00		20:30		20.00	

Fysios Pikku Huopalahti, Taavetti Laitisen katu 4, Helsinki. Puh. 010 237 7015

Kuntosalin varatut ryhmät, syksy 2018

Fysios Pikku Huopalahti

MA		TI		KE		TO		PE		LA	
08.00		08.00		08.00		08.00		08.00		08.00	
09.00		09.00		09.00		09.00		09.00		09.00	
10.00		10.00	Veteraaniryhmä	10.00		10.00	Veteraaniryhmä	10.00		10.00	Veteraaniryhmä
11.00		11.00		11.00		11.00	Kuntosali- ja tasapainoryhmä seniorit	11.00		11.00	
12.00		12.00		12.00		12.00		12.00		12.00	
13.00		13.00		13.00		13.00		13.00		13.00	
14.00		14.00		14.00		14.00		14.00		14.00	
15.00		15.00	Kuntosaliryhmä seniorit	15.00		15.00		15.00		15.00	
16.00		16.00		16.00		16.00		16.00		16.00	
17.00		17.00		17.00		17.00		17.00		17.00	
18.00		18.00		18.00		18.00		18.00		18.00	
19.00		19.00		19.00		19.00		19.00		19.00	
20.00		20.00		20.00		20.00		20.00		20.00	

Pyydämme välttämään kuntosalin käyttöä salin ollessa varattuna ryhmäkäyttöön. Muina aikoina sali on asiakkaidemme käytössä vapaaharjoitteluun. Kuntosali on auki päivittäin klo 06-21, sisään pääsee kulkukortilla klo 20 saakka. Salilta on poistuttava klo 21 mennessä.