

Forssan liikuntatoimen
**TYÖTTÖMIEN LIKUNTA-
RYHMÄT/ kevät 2019**

*** VESIJUMPPA**

KESKIVIKKOISIN klo 13.15-14, 9.1.-15.5. (ei 20.2. ja 27.2.)
Vesihelmen terapia-altaalla. Hinta 3 € / kerta. Maksetaan kassalle.
Sisältää jumpan ja saunan.
Uinti lisämaksusta kassalle 3 €.



*** JOOGA**

-Maanantaisin klo 11-12.30, 7.1.-18.3. (ei 25.2.).
Seurakuntatalon liikuntasalissa.
-Tiistaisin klo 15-16.30, 8.1.-19.3. (ei 26.2.). Vesihelmen liikuntasalissa.
Hinta 40 €/ 10 x. Maksu laskutetaan. Ohjaajana Ritva Simola.
Varustus: joustava asu, pieni pyyhe.
Ilmoittautuminen p. 03-4141 5645/Pauliina. Avoin myös ikäihmisille!

*** SÄHLY**

TORSTAIN klo 13-14.30, 10.1.-16.5. Salibandyhallissa.
Hinta 1€ / kerta. Varustus: tossut ja joustava asu.
Sählyvälineitä lainataan!
Osoite: Turuntie 38.

**Ryhmät on tarkoitettu forssalaisille työttömille. Ryhmät sopii myös
aloittelijoille ja huonokuntoisille!
Edulliset hinnat! Tule kokeilemaan!**

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