



SYKSYN LIIKUNTARYHMÄT

MAANANTAI:

Tuolijumppa klo.15-15.45 **Puistonkulmassa**

KESKIVIIKKO:

Äijäjumppa klo.10-10.45 **Seniorikulmassa**

Asahi klo.11-11.45 **Seniorikulmassa**

Istumajooga klo.11-11.45 **Puistonkulmassa**

PERJANTAI

Tuolijumppa klo.9-9.45 **Seniorikulmassa**

Ryhmät ovat kaikille avoimia ja maksuttomia.

Puistonkulma: Valtakatu 7-9

Seniorikulma: Hämeenkatu 9-15, tila 8



KOTOKARTANOSÄÄTIÖ
Hyvää ikääntymistä

