

Eläkeikäisten joulukausi 13.12.2021 - 9.1.2022

maanantai

9.00-11.00 Vapaaharjoittelu / Is3 / 13.12. & 20.12. & 3.1. (ei 26.12.)

tiistai

10.00-11.00 Lihaskuntotunti / Is1+2 / Ulla 14.12. & 21.12. & 4.1. / Kirsi 28.12.

11.00-12.00 Kehonhuoltotunti / Is1+2 / Ulla 14.12. & 21.12. & 4.1. / Kirsi 28.12.

keskiviikko

10.00-11.00 Kiertoharjoitus / Is2+3 / Rasmus 15.12. & 22.12. & 29.12. & 5.1.

11.00-12.00 Ryhtiä rankaan -tunti / Is1+2 / Ulla 15.12. & 22.12. & 5.1. / Kirsi 29.12.

torstai

9.00-10.00 Kiertoharjoitus / Is2+3 / Rasmus 16.12. & 23.12. & 30.12. (ei 6.1.)

10.00-11.00 Pump / Is1+2 / Ulla 16.12. & 23.12. / Kirsi 30.12. (ei 6.1.)

perjantai

9.00-11.00 Vapaaharjoittelu / Is3 / 17.12. & 7.1. (ei 24.12. & 31.12.)

Voit tulla mukaan joulunajan tunneille kertamaksulla 7€/h tai 10€/2h peräkkäin tai joulukauden anytimekortilla 50€. Vapaaharjoittelu on ilmainen.

Pidätetään oikeus muutoksiin.

Tapanilan Erä ry

www.tapanilanera.fi

puh. 029 1934 200

