

TOUKOKUUN POP UP-JUMPAT

Hinnasto: lattiajumpat 8€,
vesijumpat uintimaksu + 3€

Paikka: Monitoimijatalo Wintteri



Vko 20
Kevätkalenteri päättyy

- Ma 12.5**
Klo 15.00-15.45, vesijumppa (monitoimiallas)
Klo 16.30-17.20 hartia-selkä-vatsa (ryhmäliikuntatila)
Klo 19-19.45 power (rata-allas)
Klo 19.10-20.10 RVP (ryhmäliikuntatila)
- Ti 13.5.**
Klo 13-14 kuntojumppa (ryhmäliikuntatila)
- Ke 14.5**
Klo 10-11 erityiskuntosali
Klo 13-14, avoin kuntosali



Vko 21
19.5.-23.5.

- Ma 19.5.**
Klo 18-19, koko kehon treeni (ryhmäliikuntatila)
- Ti 20.5.**
Klo 18-19, hikitreeni (yu-tila)
- To 22.5.**
Klo 13-14, tuolijumppa (ryhmäliikuntatila)



Vko 22
26.5.-30.5.

- Ma 26.5.**
Klo 15.00-15.45, vesijumppa (monitoimiallas)
Klo 16.30-17.15, porrastreenit (Wintteri kuntoportaati)
Klo 18-19, RVP (ryhmäliikuntatila)
Klo 19-19.45 power (rata-allas)
- Ti 27.5**
Klo 13-14, kuntojumppa (ryhmäliikuntatila)
Klo 18-19, hikitreeni (yu-tila)



Vko 22
26.5.-30.5.

- Ke 28.5**
Klo 10-11, erityiskuntosali
Klo 10.00-10.45, porrastreeni, kevyt (Wintteri kuntoportaati)
Klo 13-14, avoin kuntosali
Klo 13.00-13.45, vesijuoksu (rata-allas)
- Pe 30.5**
Klo 13-14, kuntojumppa (ryhmäliikuntatila)
Klo 14 alk., ohjattu pyörälenkki (lähtö Wintterin pääovelta)

Tulevat tapahtumat

Päivä	Aihe
2.6.2025	Lihaskuntotreeni, kaupungin uimakoulut
3.6.2025	Porrastreenejä, kaupungin uimakoulut
4.6.2025	Omnigym ulkokuntosali avajaiset ja ohjaus
5.6.2025	Circuit-vesijumppa, kaupungin uimakoulut
6.6.2025	Kaupungin uimakoulut
Vko 24	Tulossa pian..