

MINNAN RYHMIEN LIIKUNTAOHJELMAT SYKSY 2026

Viikko	Body & Mind PE KLO 12-14	Paikka	Viikkojen päivämäärät
33	Suunnittelu + metsäkävely	yläsali	12.-14.8.
34	Keskivartalon aktivointi + voimajoogan ABC + metsäkävely	yläsali	17.-21.8.
35	Retki Konneveden kansallispuistoon. Bussikyyti.	Konnevesi	24.-28.8.
36	Voimajooga + venyttely+rentoutus	Yläsali	31.8.-4.9.
37	Flowjooga	yläsali	7.-11.9.
38	Rennot pelit + venyttelyt	yläsali	14.-18.9.
39	Flowjooga	yläsali	21.-25.9.
40	Pilates	yläsali	28.9.-2.10.
41	Pilates	Ala+yläsali	5.-11.10.
42	SYYSLOMA		12.-18.10.