

Forssan liikuntatoimen TYÖTTÖMIEN LIIKUNTA- RYHMÄT/ syksy 2021

* VESIJUMPPA

KESKIVIIKKOISIN klo 13.15-14, 25.8.-15.12. (ei 20.10)

Vesihelmen terapia-altaalla. Hinta 3 € / kerta. Maksetaan kassalle.

Sisältää jumpan ja saunan.

Uinti lisämaksusta kassalle 3 €.

* JOOGA

KESKIVIIKKOISIN klo 15-16.30, 25.8.-3.11.

Seurakuntatalon liikuntasalissa.

Hinta: 4 €:n jumppaseteli/ krt. 11 kerran jumppasetelivihkoja myy
Vesihelmen kassa 40 € hintaan. Ohjaajana Ritva Simola.

Varustus: joustava asu, pieni pyyhe, oma alusta.

Ilmoittautuminen p. 03-4141 5645/Pauliina. Avoin myös ikäihmisille!

* SÄHLY

TORSTAISIN klo 13-14.30, 26.8.-9.12. 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

