

Senioreiden hyvinvointilukkarit keväät 2024

MAANANTAI

10.30 - 12.00

BOCCIA-PELI
LIIKUNTAHALLI / Eläkeliitto
12.2.-29.4.

13.00 - 14.00

AIVOJUMPPA
KIRJASTO / Kunta
15.1.-25.3.

16.00

SENIORITANSSI
KESKUSKOULU JUHLASALI
/ Eläkeliitto

11.3.2024 18.30-19.45

AVOIN PINGISVUORO
LIIKUNTAHALLI / Kunta

11.3.2024 19.45-21.30

AVOIN SULKAPALLO-VUORO
LIIKUNTAHALLI / Kunta

TIISTAI



12.3.2024 13.00 - 15.00

KATUSUUNNISTUS
LÄHTÖ TORILTA

16.00 - 18.00

KUNTOSALI
PAKARI / Eläkeliitto

17.00 - 20.00

UIMAHALLIKULJETUS
9.1.-23.4.2024
LÄHTÖ TORILTA / Kunta

KESKIVIIKKO

11.00 - 11.45

HALLIKÄVELY VOITAS 1
LIIKUNTAHALLI
/ Vertaisveturit

13.3.2024 14.00 - 14.30

TAUKOJUMPPA
SRK-TALO PAPPILAN PUIKOT
Järj. Punkalaitumen srk



TORSTAI

9.30 - 11.30

JUTTUTUPA (LÄHITORI)
SPR:N KULMAKAMARI / Pirha
7.3., 4.4., 18.4., 2.5., 16.5., 30.5.
ja 13.6.

LÄHITORIN Asiakasohjaaja
tavattavissa ajanvarauksella klo
9.00-12.00 terveysasemalla 28.3.,
11.4., 23.5., 6.6. ja 20.6.

14.3.2024 10.00 - 11.00

**LISÄÄ VOIMAA VUOSIIN-
WEBINAARI**
KIRJASTO / Kunta

10.00 - 11.30

MUISTIKAHVILA
KULMAKAMARI / PMY
21.3 ja 25.4.

14.30

TUOLIJUMPPA
KULMAKAMARI /
SPR

15.45 - 16.30

VIRE-LAVIS
LIIKUNTAHALLI / Kunta

18.00

KEHONHUOLTO
VAPARI / Kunta

PERJANTAI

11.00 - 11.45

HALLIKÄVELY-VOITAS 2
LIIKUNTAHALLI
/ Kunta ja Vertaisveturit

15.3.2024 15.00 - 15.45

**HYVINVOINTIA ULKOILUSTA-
LIIKUNTATUOKIO**
KUNNANTALON PIHA
/ Latu ja Polku

15.3.2024 16.00 - 17.30

AVOIN HÖNTSY SÄHLY
LIIKUNTAHALLI / Kunta

SUNNUNTAI

17.3.2024 14.00 - 15.00

**FASCIA METHOD
-TUNTI**
Liikuntahalli
Ella Liimatainen



MAKSUTON PAKARIN KUNTOSALI YLI-65 VUOTIAILLE
kts. vuorot: www.punkalaidun.fi/kuntosali

LISÄTIETOJA TERVASKANTO-HANKKEESTA,
hyvinvointisuunnittelija Päivi Paija puh.040 6106058

Lukkari päivitetty: 4.3.2024

IKILIIKKUJA-VIIKKO
(VK 11) 11.-17.3.2024
Lisätietoja Mallu Saarinen
puh.0500535206