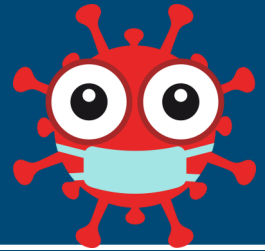
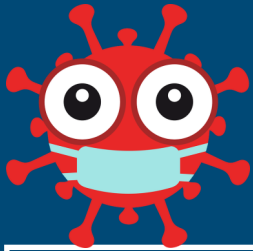


NAKKILAN LIIKUNTAKESKUS TIEDOTTA

Alkaen 1.12.2020

- **INFO AVOINNA ARKISIN KLO 8.00–16.00**



Ryhmäliikuntatunnit jää sisätiloissa tauolle, seuraavat ryhmäliikuntatunnit toteutetaan tekonurmella:

Maanantai klo 9.00 Tasapaino- ja lihaskuntotunti,
klo 14.00 Ikäihmisten ohjattu sali

Tiistai klo 9.00 Ikäihmisten tanssillinen lihaskuntotunti,
klo 18.00 Toiminnallinen treeni

Keskiviikko klo 12.00 Tasapaino- ja lihaskuntotunti

Perjantaina klo 11.00 Ikäihmisten lihaskuntotunti

Tiistaina klo 12 tuolijumppa etänä

linkki: <https://meet.google.com/eon-wyhv-ygj>

**SUOSITTELEMME AULATILOISSA
MASKIN KÄYTTÖÄ!**

