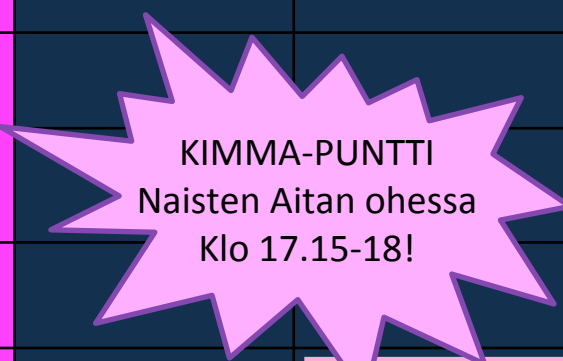
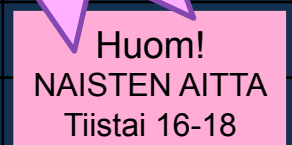



SYKSY 2018 KUNTO AITTA NIINIVAARALLA



	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
5-8							
8-9							
9-10				PÄIVYSTYS 9.-10.30			
10-11			SENIORI AITTA 10.30-12	SENIORI AITTA 10.30-12		PÄIVYSTYS 10.-12.	
11-12			12.-12.30	12.-12.30			
12-13							
13-14							
14-15							
15-16			PÄIVYSTYS 15-17		PÄIVYSTYS 15-16.30		
16-17	PÄIVYSTYS 16-19	PÄIVYSTYS 16-18		PÄIVYSTYS 16-18			
17-18			CIRCUIT 17-18		TOIMINNALLINEN TRENI 17-18		
18-19			18-18.30				
19-23							

**Kulkuavaimella treenaat klo 5.-23!
Lue lisää www.kuntoaitta.com**

 Seniori Aitta, EI AVOINTA TREENIVUOROA

 Naisten Aitta, SALI VAIN NAISTEN KÄYTÖSSÄ

 HENKILÖKUNTA PAIKALLA

 Kuntosalicircuit, EI AVOINTA TREENIVUOROA

 RYHMÄLIKUNTA NEPEN VANHA KOULU (Tikkamäentien sali)

SYKSY 2018 KUNTO AITTA KARSIKOSSA



	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
5-8							
8-9							
9-10		PÄIVYSTYS 9.-10.30					
10-11		SENIORI AITTA 10.30-12			SENIORI AITTA 10.30-12		
11-12		12.-12.30			12.-12.30		
12-13							
13-14				AURINKOINEN 13.30-15			
14-15	Kulkuavaimella treenaat klo 5.-23! Lue lisää www.kuntoaitta.com						
15-16							
16-17		PÄIVYSTYS 16-18		PÄIVYSTYS 16-18			PÄIVYSTYS 16-17
17-18	PÄIVYSTYS 17-19						CIRCUIT 17-18
18-19		Huom! KUNDI-PUNTTI Tiistai 16.30-17.30		Huom! NAISTEN AITTA Torstai 16-18			18-18.30
19-23							

JOKA TOINEN TORSTAI

Elokuu: 9.8. / 23.8.

Syyskuu: 6.9. / 20.9.

Lokakuu: 4.10. / 18.10.

Marraskuu: 1.11. / 15.11. / 29.11.

Joulukuu: 13.12. / 27.12.

**Naisten Aitan ohessa
KIMMA-PUNTTI
klo 17.15-18!**

 Seniori Aitta, EI AVOINTA TREENIVUOROA

 Kuntosalicircuit, EI AVOINTA TREENIVUOROA

 Naisten Aitta, SALI VAIN NAISTEN KÄYTOSSÄ

 Kundi-Puntti, miesten yhteinen treeni

 HENKILÖKUNTA PAIKALLA

 Aurinkoinen, EI AVOINTA TREENIVUOROA