











KAUSI 2021 KUNTOAITTA NIINIVAARALLA

	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
5.00							
6.00							
7.00							
8.00							
9.00							
10.00			PÄIVYSTYS 10-10.30	PÄIVYSTYS 10-10.30			
11.00			SENIORI AITTA 10.30-12	SENIORI AITTA 10.30-12			
12.00			PÄIVYSTYS 12-12.30	PÄIVYSTYS 12-12.30			
13.00							
14.00							
15.00							
16.00					PÄIVYSTYS 15.30-16.30		
17.00		PÄIVYSTYS 16.30-17.00					
18.00		CIRCUIT 17-18			Toiminnal- linen harj. 17-18		
19.00	PÄIVYSTYS 18.15-19.00	PÄIVYSTYS 18-18.30	PÄIVYSTYS 18-19				
20.00							
21.00							
22.00							
23.00							

 PÄIVYSTYS (henkilökunta paikalla, korttien lataus mahdollista)
 SENIORI AITTA (ei avointa treenivuoroa)
 KUNTOSALICIRCUIT RYHMÄ (ei avointa treenivuoroa)
 TOIMINNALLINEN RYHMÄ (ulkona tai sovitusti, sali vapaa)

KAUSI 2021 KUNTOAITTA KARSIKOSSA

	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
5.00							
6.00							
7.00							
8.00							
9.00							
10.00		PÄIVYSTYS 10-10.30			PÄIVYSTYS 10-10.30		
11.00		SENIORI AITTA 10.30-12			SENIORI AITTA 10.30-12		
12.00		PÄIVYSTYS 12-12.30			PÄIVYSTYS 12-12.30		
13.00				PIENRYHMÄ 13-14.30			
14.00							
15.00							
16.00							
17.00				NAISTEN AITTA 17-18	PÄIVYSTYS		CIRCUIT 17-18
18.00				KIMMA PÄIVYSTYS 18-18.30			
19.00							
20.00							
21.00							
22.00							
23.00							

 PÄIVYSTYS (henkilökunta paikalla, korttien lataus mahdollista)
 SENIORI AITTA (ei avointa treenivuoroa)
 NAISTEN AITTA (vuoro vain naisille, henkilökunta paikalla, korttien lataus mahd.)
 KUNTOSALICIRCUIT RYHMÄ (ei avointa treenivuoroa)
 KIMMA-PUNTTI (Naisten Aitan yhteydessä, korttien lataus mahd.)
 PIENRYHMÄ AURINKOINEN (ei avointa treenivuoroa)

Päivämäärät: 26.8. / 9.9. / 23.9. / 7.10 / 21.10. / 4.11. / 18.11. / 2.12. / 16.12.