

Hyvän Mielen Passi - ryhmät 2023 - 2024

| Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|--|---|--|--|--|
| | | klo 9.00-10.00 Keppijumppa-kehonhuolto Työväentalo Rientola Lähiliikuttaja | | klo 9.30-10.30 Kehonhuolto Työväentalo Rientola Lähiliikuttaja |
| klo 10.00-11.00 Maksuton sauvakävely Kirkonkylän kyläaukio Lähiliikuttaja | klo 10.00-11.00 Kehonhuolto Uimahallin liikuntatila Lähiliikuttaja | klo 10.00-11.00 Keppijumppa-kehonhuolto Työväentalo Rientola Lähiliikuttaja | | klo 10.00-10.30 Maksuton tuolijumppa Pääkirjasto Nummela Vaihtuva ohjaaja |
| | | klo 13.15-13.45 Tuolitanssi Työväentalo Rientola Taina | klo 12.00-12.45 Tuolijumppa Taidetalo Siirilä Taina | |
| | klo 14.00-14.30 Maksuton tuolijumppa Vihdin kk kirjasto Taina | | klo 14.00 - 14.30 Maksuton tuolijumppa ViaDia Senioritalo Maija | |
| | klo 17.00-18.00 Kuntojumppa Ojakkalan koulu Lähiliikuttaja | | klo 14.00-15.00 Hengityssairaiden kuntosali Vihdin kuntosali Lähiliikuttaja | |
| | klo 19.00-20.00 Alkeispilates/kehonhuolto Uimahallin liikuntatila Lähiliikuttaja | klo 19.15-20.15 Ukkojumppa Nummelan koulu Lähiliikuttaja | | klo 19.00-20.00 Keppijumppa Uimahallin liikuntatila Lähiliikuttaja |

Hyvän Mielen Passi-ryhmien ohjauskausi

- Syyskausi 28.8. - 15.12.2023 syyslomaviikolla 42 (16.-22.10.) ei ole ohjauksia
- Kevätkausi 8.1. - 10.5.2024 talvilomaviikolla 8 (19.-25.2.) ja 13 (25.3-1.4.) ei ole ohjauksia
- Kausimaksu 20,00€
- Ilmoittautuminen paikan päällä

Lisätietoja

Tiedustelut ja vapaiden paikkojen kyselyt uimahallin kassalta tai soittamalla numeroon 044 4675 295.



www.vihti.fi/liikunta ja www.vihti.fi/ilmoittautumiset

FB: [Vihdin liikuntapalvelut](#)

