

11.5 - 17.6.2026

ÄÄNEKOSKEN KAUPUNGIN KESÄLIIKUNTARYHMÄT

- RYHMÄT SUUNNATTU IÄKKÄILLE JA PITKÄAIKAISSAIRAILLE SEKÄ VÄHÄN LIIKKUVILLE
- ULKOILURYHMÄT MAKSUTTOMIA JA NIIHIN EI TARVITSE ILMOITTAUTUA ENNAKKOON
- RYHMÄT EIVÄT KOKOONNU ARKIPYHINÄ
- KUNTOSALIHARJOITTELU MAANANTAISIN JA TIISTAISIN ÄKI, STI, SUM JA KNG. KYSY VAPAITA PAIKKOJA

ÄÄNEKOSKI

- **MA KLO 15-16** PUISTOHARJOITTELU (HÄRÄNVIRRRAN TOIMINNALLINEN PUISTO)
- **KE KLO 10-11** PUISTOHARJOITTELU (HÄRÄNVIRRRAN TOIMINNALLINEN PUISTO)
- **KE KLO 10.30-11.30** KIMPPALENKKI (SAUVAT) (RANTAPUISTO)
- **TO KLO 17.30-18.15** PORRASTREENIT (ÄÄNEMÄKI)
- **TO KLO 19-20** ULKOKUNTOPIIRI (HUUHAN PUISTO)

SUOLAHTI

- **MA KLO 10-11** KIMPPALENKKI (SATAMASTA)
- **MA KLO 18-19** KESÄKAHVAKUULA (ALKULAN VANHAN PÄIVÄKODIN PIHA, OMAT KUULAT)
- **TI KLO 15-16** PUISTOHARJOITTELU (SATAMA/ULKOKUNTOSALI)
- **TO KLO 18-19.15** SAUVAKÄVELYSTÄ POWERIA (OMAT SAUVAT) (HOTELLINMÄKI)

KONGINKANGAS

- **MA KLO 9-10** PUISTOHARJOITTELU (ULKOKUNTOSALI)

HIETAMA

- **TI KLO 10-11** PUISTOHARJOITTELU (ULKOKUNTOSALI)

SUMIAINEN

- **TI KLO 9-10** PUISTOHARJOITTELU (ULKOKUNTOSALI)
- **TO KLO 15.30-16.15** PORRASTREENIT (KUNTOPORTAAT)

LISÄTIETOJA OHJAAJILTA

040 359 0496 TAI 0400 115 199 TAI 040 190 2748