

## Ohjattujen ryhmien kuntosalivuorot. Värilliset vuorot ovat suljettuja ryhmiä.

| Kuntosali   | syksy 2025 -                                                     | kevät 2026         | Värilliset ajat ovat      | suljettuja ryhmiä.                                                    |                    |          |           |
|-------------|------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------|----------|-----------|
|             | Maanantai                                                        | Tiistai            | Keskiviikko               | Torstai                                                               | Perjantai          | Lauantai | Sunnuntai |
| 7:00-7:45   | Kuntosalin siivous                                               | Kuntosalin siivous | Kuntosalin siivous        | Kuntosalin siivous                                                    | Kuntosalin siivous |          |           |
| 7:45-8:30   |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 8:30-9:00   |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 9:00-9:30   |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 9:30-10:00  | EKHVA                                                            | EKHVA              | EKHVA<br>tauko 18.6.-1.10 | EKHVA                                                                 |                    |          |           |
| 10:00-10:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 10:30-11:00 |                                                                  |                    |                           | Kansalaisopisto<br>18.9.-27.11.25 &<br>8.1.-9.4.26<br>klo 10.30-12.45 |                    |          |           |
| 11:00-11:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 11:30-12:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 12:00-12:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 12:30-13:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 13:00-13:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 13:30-14:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 14:00-14:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 14:30-15:15 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 15:15-15:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 15:30-16:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 16:00-16:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 16:30-17:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 17:00-17:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 17:30-18:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 18:00-18:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 18:30-19:00 | Kansalaisopisto 15.9.-<br>24.11.& 8.1-9.4.26 klo 18.30-<br>19.30 |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 19:00-19:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 19:30-20:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 20:00-20:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 20:30-21:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 21:00-21:30 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |
| 21:30-22:00 |                                                                  |                    |                           |                                                                       |                    |          |           |