

Kevät 2025
13.1.-27.4., ei vko 9

Aallottaren ohjatut ryhmät

Maanantai

Klo 9–10 Kuntosali
suljettu (siivous)

Klo 12–12.45
Päiväjoutilaat
-vesijumppa

Klo 12.45–13.30
Erityisuinti

Klo 12.30–13.30
K75-kuntosali

Ryhmät kausimaksulla,
iltavesijumppat myös 2 €
ohjausmaksulla.

Aamuvesijumppa ilman
ohjausmaksua.

Ilmoittautuminen
ryhmiin alkaa
to 19.12. klo 12.

Ilmoittautumiset, hinnat ja ryhmien kuvaukset:
www.muurame.fi/uimahalli

Lisätietoa liikunnanohjaajilta p. 014 659 662

Tiistai

Klo 13–14 TULES-
kuntosali
Ulkopuolinen ohjaaja

Klo 15–15.30
Vesikerho

Klo 15.30–16
Vesitekniikka

Klo 17–17.45 &
17.45–18.30 Vesileikki

Klo 17.15–18
Kansalaisopisto:
Vesijumppa
Ulkopuolinen ohjaaja

Klo 19–19.30
Tehovesijumppa

Klo 20–21.30
Kansalaisopisto:
Kuntosali Ulkopuolinen
ohjaaja

Keskiviikko

Klo 12.30–13.30 & 13.45–
14.45 Seniorikuntosali

Klo 16–16.45 &
16.45–17.30 Vesipeuhu

Klo 18–19 Aikuisten
liikuntakerho

Torstai

Klo 13–13.45
Seniorivesijumppa

Klo 16–16.45 & 16.45–
17.30 Vesileikki

Klo 18–19
Aikuisten kuntosali

Klo 19.15–19.45
Vesitreeni

Perjantai

Klo 8–8.30
Aamuvesijumppa

Klo 17–17.45 & 17.45–
18.30 Vesipeuhu

Lauantai

Klo 9.30–10.15
Aikuisten uintikurssit

Klo 10–10.45
Vesileikki

Klo 10.45–11.30
Vesivoima

Sunnuntai

Klo 9.30–10.15 & 10.15–
11 Perheuinti

Klo 10.15–10.45
Vesikerho

Klo 11–11.45 Vesipeuhu

Aallotar
UIMAHALLI & KUNTOSALI

LIKKUVA
Muurame