

A-salin kausi 2023–2024

Kello	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
12-12.30						Boccia Eläkkeensaajat	
12.30-13						Boccia Eläkkeensaajat	
13-13.30						Boccia Eläkkeensaajat	
13.30-14						Boccia Eläkkeensaajat	
14-14.30							
14.30-15							
15-15.30	Saanko Luvan	A.R.	A.R.	Sulkapallo/ T.R.	Boccia/ Eläkeliitto		Sulkapallo/P.R.
15.30-16	Saanko Luvan	A.R.	A.R.	Sulkapallo/ T.R.	Boccia/ Eläkeliitto		Sulkapallo/P.R.
16-16.30	Saanko Luvan	A.R.	A.R.		Boccia/ Eläkeliitto		
16.30-17	Saanko Luvan	A.R.,	A.R.	Sulkapallo S.M.	Boccia/ Eläkeliitto	Sulkapallo/ H.H.	
17-17.30				Sulkapallo S.M.	Sulkapallo/P.R.	Sulkapallo/ H.H.	Sulkapallo/J.A.
17.30-18	Circuit/JSO		Sulkapallo/H.H.	Sulkapallo S.M.	Sulkapallo/P.R.	Sulkapallo/ H.H.	Sulkapallo/J.A.
18-18.30	Circuit/JSO	Shindo/ Vauhti	Sulkapallo/H.H.	Rapajumppa/ Vauhti			Sulkapallo/J.A.
18.30-19.15	Circuit/JSO	Shindo/ Vauhti	Sulkapallo/H.H. loppuu klo 19.00	Rapajumppa/ Vauhti	Sulkapallo/ K.M.		Sulkapallo/J.A.
19.15-19.30	Circuit/JSO		Treenimix/ Vauhti	Pilates/JSO	Sulkapallo/ K.M.		
19.30-20.15	Äijäsähly		Treenimix/ Vauhti	Pilates/JSO	Sulkapallo/ K.M.		
20.15-20.30	Äijäsähly			Pilates/JSO	Sulkapallo/ K.M.		
20.30-21	Äijäsähly				Sulkapallo/ K.M.		

