

Polvijärven Hyvinvointi- ja Liikuntaviikko 21.9.-29.9.2024

Ohjelma:

la-su 21.9.-29.9. pyöräily- ja kävelymerkinnät, Kylylahden risteys, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (045 6729746)
la-su 21.9.-29.9. Extreme-rasti, Viklinsuon pitkospuut, Ruvaslahdentie 90, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (045 6729746)
la 21.9. Boccia klo 12.00, A-talon Sali, järjestäjänä Polvijärven Eläkkeensaajat (050 4394232)
la 21.9. Nuorten polkujuoksu ja perhepatikka klo 12.00, Kk:n uimaranta, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (045 6729746)

ma-pe 23.9.-27.9. Hyvinvointi- ja liikunta -kirjanäyttely klo 10-16 (ti ja to 10-18), järjestäjänä Polvijärven kirjasto (050 3156594)

ma 23.9. Tehotanssi-Kuntotanssi klo 16.30, Vapari, jumppamaksu, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (044 5030364)

ma 23.9. Kuntoportaattutuksi klo 18.00, Polvijärven Kuntoportaatt, koulukeskus, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (045 6729746)

ti 24.9. Aamun sauvakävely rupertellen klo 10.00, soveltuu kaikille, Vapari, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (045 6729746)

ti 24.9. Boccia klo 15.30, A-talon Sali, järjestäjänä Polvijärven Eläkeliitto 050 4133878

ti 24.9. Liikuntaonnenpyörä lapsille klo 16.00, 4H:n toimisto/koulun piha, järjestäjänä Polvijärven 4H (050 3789140)

ti 24.9. Mobility circuit (tehokas) klo 17.00, A-talon Sali, jumppamaksu, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (044 5030364)

ti 24.9. Recovery circuit (hermostoa rauhoittava) klo 18.15, A-talon Sali, maksu, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (044 5030364)

ti 24.9. Sauvakävely klo 18.00, Ahdin lähtöpaikalta tunnin lenkki, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (045 6729746)

ke 25.9. Voima- ja tasapainojumppa klo 15.00, Vapari järjestäjänä, Vapaa-aikapalvelut (040 1046204)

ke 25.9. Treenimix klo 19.15, A-talon Sali, jumppamaksu järjestäjänä, Polvijärven Vauhti (044 5030364)

to 26.9. TestLab klo 12.00-16.30, kehonkoostumusmittaus, Vapari, maksuton, järjestäjänä Vapaa-aikapalvelut (040 1046204)

to 26.9. Tuolijumppa klo 15.00, Vapari, järjestäjänä Vapaa-aikapalvelut (040 1046204)

to 26.9. Rapajumppa/kunnon kohotus klo 18.00 A-talon Sali, jumppamaksu järjestäjänä Polvijärven Vauhti (044 5030364)

pe 27.9. Frisbeegolf-tapahtuma/kisa klo 16.00 Kk:n uimaranta, järjestäjänä Polvijärven 4H (050 3789140)

la 28.9. Boccia klo 12.00, A-talon Sali, järjestäjänä Polvijärven Eläkkeensaajat (050 4394232)

la 28.9. Lasten liikuntakerho VAUHTILIKKARI alkaa klo 15.00, Vapari, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (045 2643810)

su 29.9. Sydänpäivän tapahtuma klo 14.00 Koivikon pirtti, järjestäjänä Polvijärven Sydänyhdistys (050 5398287)

su 29.9. Kuntosali klo 17.00 (tiedusteltava sopiiko vuorolle), jumppamaksu, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (044 5030364)

su 29.9. Kuntosali klo 18.15 (tiedusteltava sopiiko vuorolle), jumppamaksu, järjestäjänä Polvijärven Vauhti (044 5030364)

Osallistuneiden kesken arvotaan
liikuntavälinelahjakortti. Lämpimästi tervetuloa
osallistumaan viikon ohjelmaan!

Järjestäjät:

Polvijärven Vauhti, Polvijärven Eläkkeensaajat, Eläkeliitto,
Polvijärven 4H-yhdistys, Polvijärven Hyvinvointi- ja Vapaa-
aikapalvelut, Polvijärven Sydänyhdistys, Polvijärven kirjasto

Lisätiedot:

Voitto Parikka p. 045 672 9746, www.polvijarvenvauhti.fi

