

## Kunto- ja terveystoiminta Taipalsaarella keväällä 2022 (*Koronapandemian vuoksi muutokset mahdollisia*)

| <i><b>Maanantai</b></i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <i><b>Tiistai</b></i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <i><b>Keskiviikko</b></i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <i><b>Torstai</b></i>                                                                                                                                                                                                                                   | <i><b>Perjantai</b></i>                                                                                                                                                                                                                                                                      | <i><b>Lauantai</b></i>                                                                                                                                         | <i><b>Sunnuntai</b></i>                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Saimaanharjun kuntosali</b><br>8.00-10.00 Avoin vuoro<br>senioreille<br><br><b>Väinölä</b><br>10.00-11.00<br>Eläkeläisten<br>terveystoiminta<br><i>Paula Hulkkonen</i><br><br><b>Väinölä</b><br>17.00-18.30 Boccia<br><i>Taipalsaaren eläkeläiset</i><br><br><b>Vehkataipale</b><br>17.00-18.30<br>Baila & Kehonhuolto<br><i>Kansalaisopisto</i> | <b>Kirkonkylän kuntosali</b><br>9.00-10.30 Tukea ja<br>toimintakykyä –<br>kuntoutusryhmä<br><i>Eksote, Virpi Laukkanen</i><br><br><b>Väinölä</b><br>10.00-10.45 Matalan<br>kynnyksen jumppa senioreille<br><i>Taipalsaaren kunta</i><br><br><b>Kohtaamispaikka Luoto</b><br>11.30-12.15 Matalan<br>kynnyksen jumppa<br><i>Taipalsaaren kunta</i><br><br><b>Saimaanharju</b><br>16.50-17.35 Zumba<br><i>Kansalaisopisto</i><br><br><b>Vehkataipale</b><br>18.00-18.45<br>Kuntoliikunta iäkkäämmät<br>19.00-19.45 Kuntoliikunta<br>nuoremmat<br><i>Kansalaisopisto</i><br><br><b>Kirkonkylä</b><br>18.15-19.15 BAILA!<br>19.20-20.20 Kehonhuolto<br><i>Kansalaisopisto</i> | <b>Saimaanharjun kuntosali</b><br>8.00-10.00 Avoin vuoro<br>senioreille<br>10.00-11.00 Avoin<br>vuoro senioreille<br><i>Taipalsaaren eläkeliitto</i><br><br><b>Väinölä</b><br>10-11 Sydänjumppa<br><i>Taipalsaaren sydänyhdistys</i><br><br><b>Saimaanharju</b><br>17.15-18.00 Lavis <i>Tanssi</i><br><i>Q/Minna Turkia</i><br><br><b>Väinölä</b><br>18.30-20.00<br>Kuntokoripallo<br><i>Matti Pylkkö</i> | <b>Väinölä</b><br>10.00-11.00<br>Eläkeläisten<br>terveystoiminta<br><i>Paula Hulkkonen</i><br><br><b>Väinölä</b><br>17.00-18.30 Boccia<br><i>Taipalsaaren eläkeläiset</i><br><br><b>Väinölä</b><br>18.30-20.00<br>Kuntokoripallo<br><i>Matti Pylkkö</i> | <b>Saimaanharjun kuntosali</b><br>10.00-11.00 Avoin<br>vuoro senioreille<br><i>Taipalsaaren eläkeliitto</i><br><br><b>Saimaanharju</b><br>16.35-17.35 Yoga<br>Flow<br><i>Kansalaisopisto</i><br><br><b>Kirkonkylä</b><br>18.00-19.30<br>Avoin<br>kuntosalibandy<br><i>Taipalsaaren kunta</i> | <b>Saimaanharju</b><br>10.30-12.00<br>Paritanssikurssi<br><i>Kansalaisopisto</i><br><br><b>Vehkataipale</b><br>10.30-12.00 Yoga Flow<br><i>Kansalaisopisto</i> | <b>Kirkonkylä</b><br>10.00-11.30 Miesten<br>harrastesalibandy<br><i>TaiKi/Pekka Kotovaara</i><br><br><b>Saimaanharju</b><br>19.00-20.30 Naisten<br>salibandy<br><i>TaiKi/Heidi Yli-Kankahila</i> |

Lisätietoa ylläolevista ryhmistä suoraan nimetyiltä järjestäjiltä tai kunnan hyvinvointiluotsilta:

p. 040 669 1007, email: [jenna.backman@taipalsaari.fi](mailto:jenna.backman@taipalsaari.fi)



TAIPALSAARI