

# MAHIKSEN RYHMÄT

10.1.2022 ALKAEN

<b>MAANANTAI</b> <b>8.00-15.00</b>	<b>TIISTAI</b> <b>8.00-14.00</b>	<b>KESKIVIIKKO</b> <b>8.00-15.00</b>	<b>TORSTAI</b> <b>8.00-15.00</b>	<b>PERJANTAI</b> <b>8.00-14.00</b>
	Uimahalli-ryhmä 8.00-10.00		Rentoutus 9.00-9.30	Aamukipinät 8.45-9.30
Gospel 9.30-10.30	Pelataan 9.30-10.30	Leivotaan 9.30-10.30	Antaa ääntemme kuulua 9.30-10.30 (ilmoittaudu ohjaajalle etukäteen)	Voimabiisi 9.30-10.30
Taukoliikunta 10.30-10.45	Taukoliikunta 10.30-10.45	Kävelypassi 10.30-10.20		Taukoliikunta 10.30-10.45
Vinkit 10.45				Vinkit 10.45
<b>11.00 LOUNAS</b> <b>12.00 Siivous</b>	<b>11.00 LOUNAS</b> <b>12.00 Siivous</b>	<b>11.00 LOUNAS</b> <b>12.00 Siivous</b>	<b>11.00 LOUNAS</b> <b>12.00 Siivous</b>	<b>11.00 LOUNAS</b> <b>12.00 Siivous</b>
Luova 12.15-14.45				Luova 12.15-13.45
	Kuntoillaan yhdessä 12.30-13.30	Opitaan yhdessä 12.30-14.30	Tehdään yhdessä 13.00-15.00	SOME 12.30-13.45
Kävelyfutis 14.00-15.00		Pidennetty aukiolo (2.2 -->) 15.00-18.00		

Huomaathan, että koronatilanteen vuoksi ryhmissä saattaa olla väliaikaisia muutoksia. Esimerkiksi kun kokoontumiset rajoitetaan 10 henkeen, Kävelyfutis on tauolla.

Aamupala 1,50€ klo 8.15-10.00. Lounas klo 11.00.  
Lounaan hinta 3€ tehtävällä, ilman tehtävää 5€.  
Ilmoittautuminen lounaalle klo 10.00 mennessä  
kassan numeroon 050 441 8380.