

YHDESSÄ LIIKKUEN KEVÄT 2020

keskiviikkoisin klo 13-14

KaSeVan järjestämä ryhmä päiväaikaan ehtivälle.
Ryhmässä harrastetaan yhdessä ja kokeillaan erilaisia liikuntamuotoja.
Kausimaksu 15€/hlö

- 8.1. Uuden Vuoden bingo! Kasevalla
- 15.1. Kuntosali Palloiluhalli
- 22.1. Curling Kasevalla
- 29.1. Sulkapallo Movella

- 5.2. Sokerinäyttely Kasevalla. Sydänyhdistys mukana
- 12.2. Keilaus – Näkövammaistenkerho mukaan
- 19.2. Venyttelytunti Monitoimitilassa
- 26.2. Spinning Combissa (omavastuu 5€)

- 4.3. Hiihto Liikuntakeskuksella / kävely (lumitilanne)
- 11.3. Kuntopiiri Monitoimitilassa
- 18.3. Sähly Kuntsarilla
- 25.3. Tuolijumppa Kasevalla

- 1.4. Sulkapallo Kuntsarilla
- 8.4. Retki Uhrilähteelle, makkaranpaistoa laavulla -omat kyydit
- 15.4. Uinti / vesijumppa Uimahallilla
- 22.4. Kävelylenkki
- 29.4. Ulkotreeni Liikuntakeskuksella

- 6.5. Frisbeegolf
- 13.5. Tikanheittoa
- 20.5. Pyörälenkki
- 27.5. Keväänpääätösretki

