

# IKILIIKE 2014-2015

Ikiliike-tunnit on tarkoitettu ikääntyneille sekä henkilöille, joilla on jostain syystä rajoitteita liikkumisen kanssa. Tunnit ovat ammattilaisten vetämiä ja niillä annetaan liikkeille vaihtoehtoja, jotta jokainen pystyy oman kunnon ja kykynsä mukaan nauttia liikunnasta ja sen tuomasta hyvästä olosta. Tunneille ovat tervetulleita niin miehet kuin naisetkin.



Ma	8:00-9:00	Aamustartti	Eerontien Sali	Tiina
Ti	11:40-12:40	Tasapainoryhmä	Svenskbacka skola	Eveliina
Ke	17:00-18:00	Ikipiiri (kuntopiiri)	Sompion koulu	Tiina
To	9:00-10:00	Aamustartti	Eerontien Sali	Annina
To	11:00-12:00	Tuolijumppa	Viertolan toimintakeskus	Riitta



Ikiliike-kortin hinta	Kausi (voimassaolo päättyy 31.12.2014)	Vuosi (voimassaolo päättyy 13.5.2015)
<b>Kortti oikeuttaa käymään kaikilla ylläolevilla tunneilla sekä kauden aikana mahdollisesti perustettavilla uusilla Ikiliike-tunneilla</b> (lisäksi tulee maksettavaksi seuran jäsenmaksu, vuonna 2014 10€/yli 65 vuotiaat ja 20€/aikuiset)	<b>47,00€ /</b>	<b>85,00€</b>

## Lisätietoja ja ilmoittautumiset:

[www.keravannaisvoimistelijat.fi](http://www.keravannaisvoimistelijat.fi)

Seuran toimistolla, Santaniitynkatu 7 B 24, Ravintola Violan yläkerta

Tiina, puh. 040-187 9655

Annina, puh. 040-728 8767

Hyvässä seurassa on ilo liikkua!®



**Priima**  
SUOMEN VOIMISTELULIITTO

