



Syyskuu 2023

JÄSENTIEDOTE

1

Lue tiedote [Vuokun sivuilta](#)

Heipparallaa!

Elokuu lähentelee loppuaan ja se tarkoittaa sitä, että liikuntaryhmät on polkaistu käyntiin. Osa kursseista on jo ehtinyt täytyä mutta vapaita paikkoja on vielä tarjolla!

Kertalippuja voi ostaa ryhmiin jotka eivät ole vielä täynnä:

Maanantai: Crosstraining 17-18.05

Tiistai: Iskelmätanssi, helppo 10.30-11.20

Tiistai: Äijäjumppa 19-19.55

Sunnuntai: Circuit 365 16.30-17.25

Sunnuntai: Lihaskuntojumppa 75min 18-19.15

Kertalippuja myynnissä 5kpl pakettina/ 50€

Voimistelulle on löytynyt suurta kysyntää, joten iki-ihanat ja taitavat ohjaajamme ovatkin järjestämässä telinevoimistelun lyhytkurssin 7-12-vuotiaille, lajista kiinnostuneille junioreille. Kurssilla tutustutaan telinevoimistelun alkeisiin ja kurssin hinta on 26€/ sis. kuusi ohjauskertaa. Kurssi toteutetaan viikoilla 36-41 eli 5.9. startataan ja 10.10.2023 on kurssin päätös. Mukaan mahtuu vielä, 8 hlö/minimi.

Kirkonmäki kuhisee eloa-tapahtuma järjestetään perjantaina 8.9.2023 klo: 17-19. Siellä mukana myös Vuoku.

Sykettä syyskuuhun! (:

Liikunnallisin terkuin!

Anna, p. 050 442 7766

vuokuliva@outlook.com

www.vuorelankunto.fi

www.facebook.com/vuoku

www.instagram.com/vuorelankunto

www.youtube.com/VuorelanKuntoRy