

ONNI-HANKKEEN KALENTERI KESÄ-MARRASKUU 2020



1

RETIISIKATU 2-4, KERHOTILA

AJANKOHTA	TOIMINTA
TI 2.6. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30	Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus
TI 9.6. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30	Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus



<p>TI 16.6. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>TI 23.6. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>TI 30.6. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>Kesälomailaan! ONNI-ohjaukset tauolla 1.7.-2.8.2020.</p>	
<p>TI 4.8. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>



<p>TI 11.8. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>LA 15.8. klo 15-16:30</p>	<p>ONNI-HANKKEEN PERHEIDEN JA KAIKENIKÄISTEN LIIKUNTALAUANTAIT! Kerta 1/5 Lajina LENTOPALLO. Huom! Paikkana Kilponiementie klo 15- 16:30. Lisätiedot Kallelta.</p>
<p>ONNI-hankkeen liikuntaneuvonnan kiertue 17.8.-21.8.2020. Kiertue Retiisikatu 2-4 to 20.8. klo 9-16.</p>	
<p>LA 22.8. klo 15-16:30</p>	<p>ONNI-HANKKEEN PERHEIDEN JA KAIKENIKÄISTEN LIIKUNTALAUANTAIT! Kerta 2/5 Lajina SULKAPALLO. Huom! Paikkana Kilponiementie klo 15- 16:30. Lisätiedot Kallelta.</p>



<p>TI 25.8. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>LA 29.8. klo 15-16:30</p>	<p>ONNI-HANKKEEN PERHEIDEN JA KAIKENIKÄISTEN LIIKUNTALAUANTAIT! Kerta 3/5 Lajina SUUNNISTUS. Huom! Paikkana Kilponiementie klo 15- 16:30. Lisätiedot Kallelta.</p>
<p>TI 1.9. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>TI 8.9. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>



<p>LA 12.9. klo 15-16:30</p>	<p>ONNI-HANKKEEN PERHEIDEN JA KAIKENIKÄISTEN LIIKUNTALAUANTAIT! Kerta 4/5 Lajina YLEISURHEILU. Huom! Paikkana Kilponiementie klo 15- 16:30. Lisätiedot Kallelta.</p>
<p>TI 15.9. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>LA 19.9. klo 10-11 TAI klo 11:15-12:15</p>	<p>ONNI-HANKKEEN PERHEIDEN JA KAIKENIKÄISTEN LIIKUNTALAUANTAIT! Kerta 5/5 Lajina aikuisille OHJATTU KUNTONYRKKEILY, lapsille AKROBATIAA, TEMPPUJA, YM. Huom! Paikkana Oheisharjoittelukeskus (Siikaranta 9 Kuopio, HopLopin vieressä). Lisätiedot Kallelta.</p>



<p>TI 22.9. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>TI 29.9. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>TI 6.10. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>ONNI-hanke syyslomailee ma 12.10.-pe 16.10.2020</p>	
<p>TI 20.10. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>



<p>TI 27.10. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>TI 3.11. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>
<p>TI 17.11. klo 12-13 klo 14-15 klo 16-16:30 klo 16:30-17:30</p>	<p>Lenkkiryhmä: kävely/luontoliikunta Pihapelit Kevytjumppa Ohjattu kuntosaliharjoitus</p>

Osallisuutta, hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä Niiralan Kulman asukkaille, ONNI, on ESR-rahoitteinen hanke, jota hallinnoi ja toteuttaa Pohjois-Savon Liikunta ry. Lisäksi hankkeessa on mukana ja sitä rahoittamassa Niiralan Kulma Oy ja Kuopion kaupunki.

LISÄTIETOJA

Kalle Tenhunen 044 532 8787 kalle.tenhunen@pohjois-savonliikunta.fi

