

LIIKUNTAPALVELUIDEN OHJATTU LIIKUNTA - KESÄ 2023

Liikuntapalvelut järjestää kesällä toimintaa pääsääntöisesti ulkona 2.5.–21.6. välisenä aikana. Vesijumppat alkavat juhannuksen jälkeen kesäten heinäkuun loppuun saakka. Kaikki ryhmät soveltuvat hyvin aloittelijoille. Ryhmän hinta on 14€. Vesijumppa + sauna 6€/kerta. Ilmoittautuminen ryhmään aukeaa ma 24.4. klo 10 osoitteessa <https://uusi.kuntapalvelut.fi/lempaala> Voit myös tulla ilmoittautumaan Hyvinvointikioskille (Manttaalitie 15) ma 24.4. klo 10–12.

Maanantai

Aloittelijoiden porrastreeni klo 18–18.45, Hakkarin kuntoportaati

Tiistai

- Seniori puistojumppa klo 10–10.45, Lempoisten uimala
- Kesäkehonhuolto klo 11–11.45, Lempoisten uimala
- Kuntopiiri klo 16–17, Lempäälä-talon ulkokuntosali

Keskiviikko

Löydä harrastus kokeilemalla klo 17–18, Hakkari

Senioritanssi

Ma 22.5.–12.6. klo 10–11, Lempäälä-talo

Vesijumppa, Lempoisten uimala

- Ti 27.6.–25.7. klo 9–9.30
- To 29.6.–27.7. klo 9–9.30

Lisätiedot:

aliisa.uotila@lempaala.fi,
p. 040 133 7746

paula.eloranta@
lempaala.fi,
p. 050 383 9642

[www.lempaala.fi/
liikunta](http://www.lempaala.fi/liikunta)