

LIIKUNTAA NIKINMÄEN KOULULLA 2012

Liikuntavuorot ovat 9.1.2012 – 15.5.2012

Nikinmäen Omakotiyhdistys NIKO ry on varannut liikuntavuoroja Nikinmäen koululle seuraavasti:

MAANANTAISIN klo **19.00 – 20.00** Naisten liikunta (bodyjumppa) 9.1.2012 alkaen. Yhteyshenkilö Pia Jyränoja puh 050-5961665 (pia.jyranoja@gmail.com). Osallistumismaksu 3 euroa/kerta.

TORSTAISIN klo 19.00- 20.00 Naisten liikunta (bodyjumppa) 12.1.2012 alkaen. Yhteyshenkilö Pia Jyränoja puh 050-596 1665 (pia.jyranoja@gmail.com). Osallistumismaksu 3 euroa/kerta.

SUNNUNTAISIN klo 16.30 – 18.00 Miesten lentopallo 15.1.2012 alkaen. Yhteyshenkilö Markku Järvinen puh 050-5922309 (markku.jarvinen@elisanet.fi) . Osallistumismaksu 10 euroa/kevätkausi.

SUNNUNTAISIN Pilates-tunnit klo 18.00-19.00 alkeis-/keskitaso 15.1.2012 alkaen. Osallistumismaksu on 75 euroa / kevätkausi.

SUNNUNTAISIN Pilates-tunnit klo 19.00-20.00 jatkotaso 15.1.2012 alkaen. Osallistumismaksu on 75 euroa / kevätkausi.

Yhteyshenkilö Pilates-tunneissa on Kirsi Oinonen puh 050-5360712 (kirsioinonen@hotmail.com).

Lauantaina **21.1.2012** klo 13-15 on Pilates alkeiskurssi. Kurssin käytyä voi siirtyä Pilates alkeis-/keskitason ryhmään. Yhteyshenkilö Kirsi Oinonen puh 050-5360712. Ilmoittautuminen 19.1.2012 mennessä. Ilmoittautuminen joko sähköpostitse kirsioinonen@hotmail.com tai puh. 050-5360712. Osallistumismaksu 20 euroa.

Sunnuntaisin klo 20.00 – 21.00 Miesten sähly alkaen 15.1.2012. Yhteyshenkilö Tomi Järvinen puh 040-8369625 (tomi.jarvinen@kolumbus.fi).

Uusia osallistujia ei voida ottaa.

TERVETULOA MUKAAN LIIKKUMAAN NIKINMÄKELÄISET !!!!!

Liikuntatiloja ja –aikoja koskeviin kysymyksiin NIKOn puolelta vastaa Markku Järvinen, puh 050-592 2309 (markku.jarvinen@elisanet.fi)