

# Liikuntasalin käyttövuorot

9.8.26 alk.

2026 - 2027

| Maanantai     | A-lohko             | B-lohko                | C-lohko                |
|---------------|---------------------|------------------------|------------------------|
| 17.00 - 18.00 | Syke/Jumppakoulu    | Syke/Hyvän Olon Jumppa | Syke/Hyvän Olon Jumppa |
| 18.00 - 19.00 | Syke/Tnuorten ryhmä | Syke/Teh. Kuntojumppa  | Syke/Teh. Kuntojumppa  |
| 19.00 - 20.30 | Valo P14+ed.        | Valo P14+ed.           | Valo P14+ed.           |
| 20.30 - 21.45 |                     |                        |                        |

| Tiistai       | A-lohko     | B-lohko     | C-lohko     |
|---------------|-------------|-------------|-------------|
| 17.15 - 18.45 | MU Ed/ Sb   | MU Ed/ Sb   | MU Ed/ Sb   |
| 18.45 - 20.15 | MU Ikäm/ Sb | MU Ikäm/ Sb | MU Ikäm/ Sb |

| Keskiviikko   | A-lohko         | B-lohko         | C-lohko          |
|---------------|-----------------|-----------------|------------------|
| 15.00 - 16.30 |                 |                 | MU seniorijumppa |
| 17.00 - 18.15 | Valo T11        | Valo T11        | Valo T11         |
| 18.15 - 19.30 | Valo/ Koripallo | Valo/ Koripallo | Valo/ Koripallo  |
| 19.30 - 20.30 | Valo P14        | Valo P14        | Valo P14         |
| 20.30 - 21.45 |                 |                 |                  |

| Torstai       | A-lohko         | B-lohko         | C-lohko                |
|---------------|-----------------|-----------------|------------------------|
| 17.00 - 18.00 | MU Sp           | Syke/Kahvakuula | Syke/Kahvakuula        |
| 18.00 - 19.00 | Syke/Perheryhmä | Syke/Balans     | Syke/Lasten tans.liik. |
| 19.00 - 20.45 | MU Tanssi       | MU Tanssi       | MU Tanssi              |

| Perjantai     | A-lohko                  | B-lohko                  | C-lohko                  |
|---------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 15.30 - 17.00 | AO/ Mäntän nuorisosirkus | AO/ Mäntän nuorisosirkus | AO/ Mäntän nuorisosirkus |
| 17.00 - 18.00 | AO/ Mäntän nuorisosirkus | AO/ Mäntän nuorisosirkus | AO/ Mäntän nuorisosirkus |
| 18.00 - 19.30 | Valo P14                 | Valo P14                 | Valo P14                 |
| 19.30 - 21.00 | MU Sb                    | MU Sb                    | MU Sb                    |

| Lauantai      | A-lohko              | B-lohko              | C-lohko              |
|---------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| 10.00 - 11.30 | Mäntän nuorisosirkus | Mäntän nuorisosirkus | Mäntän nuorisosirkus |
| 11.30 - 13.00 |                      |                      |                      |
| 13.00 - 14.30 | Valo Futsal          | Valo Futsal          | Valo Futsal          |
| 15.00 - 16.30 |                      |                      |                      |
| 16.30 - 17.00 |                      |                      |                      |
| 18.15 - 19.45 |                      |                      |                      |

| Sunnuntai     | A-lohko               | B-lohko  | C-lohko  |
|---------------|-----------------------|----------|----------|
| 10.00 - 10.00 |                       |          |          |
| 10.30 - 12.00 | Valo P14              | Valo P15 | Valo P15 |
| 12.00 - 13.30 | Valo P11              | Valo P13 | Valo P13 |
| 13.30 - 15.00 | Valo T11              | Valo T10 | Valo T10 |
| 15.00 - 16.30 | Valo Ed. ja KKI35/ Fs | Valo P10 | Valo P10 |

|               |                 |                 |                 |
|---------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 16.30 - 18.30 | Valo/ Koripallo | Valo/ Koripallo | Valo/ Koripallo |
|---------------|-----------------|-----------------|-----------------|

### Vuorojen yhteyshenkilöt

|              |                                               |
|--------------|-----------------------------------------------|
| MU/ Sb M     | Joonas Nenonen, 044 542 6961                  |
| MU/ Sb Ikäm  | Reino Nieminen, 050 - 598 8106                |
| Sankaritehd  | Harri Kohvakka                                |
| Valo/ Futsal | Markku Saarinen, 044 - 259 9199               |
| Valo M ed.   | Pasi Sirjonen                                 |
| Valo P15     | Pauli repo                                    |
| Valo P13, T  | Pasi Sirjonen                                 |
| Syke         | Outi Rasinen 0503534842 o.rasinen@hotmail.com |
| Syke         | Anne Sahi 050 546 9423 anne.sahi@phpoint.fi   |
| Valo/ Korip  | Emmi Jantsikene                               |