Wilhelmiina Taavetin viikko-ohjelma 19.10.–25.10.

“Uljas”

Maanantai 19.10.

10:00–10:30
AMIA:n ohjaama aamujumppa. Liikuntasali, kellarikerros.

14:00–15:00
Ohjattu allasjumppa. Senioritalolainen tule mukaan! 1.krs uima-allas.

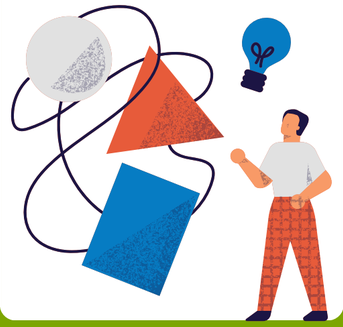


“Kasper, Jasper, Jesper”

Tiistai 20.10.

10:00–10:30
AMIA:n ohjaama aamujumppa. Liikuntasali, kellarikerros.

15:00–15:45
Aivotreenejä ja yhdessäoloa! 1.krs Miina.



“Ursula”

Keskiviikko 21.10.

10:00–10:30
AMIA:n ohjaama aamujumppa. Liikuntasali, kellarikerros.

13:30–14:00
Rauhallinen iltapäiväkävely. Lähtö pääovilta.

15:00–16:00
Senioritalon asukaspalaveri. Tervetuloa ravintolakabinetiin.

“Anja, Anita, Anniina”

Torstai 22.10.

10:00–10:30
Aamujumppa. Liikuntasali, kellarikerros.

14:00–14:45
♫LAULETAAN YHDESSÄ♫
Johtajana musiikkineuvos Marjukka Riihimäki. Ravintolasali.



“Severi”

Perjantai 23.10.

10:00–10:30
Aamujumpan ohjaa fysioterapeutti Matias Pompeo. Liikuntasali, kellarikerros.

14:00–14:45
Ohjattu kuntosaliryhmä. Sinulla ei tarvitse olla aiempaa salikokemusta! Kuntosali, kellarikerros.

“Rasmus, Asmo”

Lauantai 24.10.

Hyvää viikonloppua!

Kesäaika päättyy “Sointu”

Sunnuntai 25.10.



wilhelmiina