

Leväsen toimintakeskus / kuntosali syksy 2021

MAANANTAI		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
9.00-10.00	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 040 5832447 tai 044 567 8943
10.00-11.30	KUNTOSALI	MMA P-Savon Veteraanikilta ry, 050 512 4638
11.30-13.00	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 050 432 3237
14.00-15.30	KUNTOSALI	Kuopion varhaiseläkkeensaajat, 044 342 2313
15.30-17.00	KUNTOSALI	Kuopion varhaiseläkkeensaajat, 050 400 2506
17.30-19.00	KUNTOSALI	Pitkälahden Martat ry, 050 341 8379

TIISTAI		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
8.00-9.30	KUNTOSALI	Kuopion Eläkkeensaajat ry, 050 487 1563
9.30-11.00	KUNTOSALI	Länsiranta 1, 044 772 1499
11.00-12.30	KUNTOSALI	Kuntoutuspalvelut, 044 718 7234
13.00-14.00	KUNTOSALI	Sipulin palvelukoti
14.00-15.00	KUNTOSALI	Kuntoilua avustajan kanssa, 044 718 3633
15.00-16.30	KUNTOSALI	Kuopion Eläkkeensaajat ry, 050 565 9821
16.30-18.00	KUNTOSALI	Tele-eläkeläiset, 0400 674 176
18.00-19.00	KUNTOSALI	Puijonlaakso seura ry, 044 3030088

KESKIVIikko		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
8.00 - 9.30	KUNTOSALI	Kuopion Eläkkeensaajat ry, 040 556 0155
9.30-11.00	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 044 363 5838
11.00 - 12.00	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 050 5932 797
12.00-13.00	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 050 593 2797
13.00-14.00	KUNTOSALI	Särkiniemen toimintakeskus
15.00-16.30	KUNTOSALI	Puijon diabetesyhdistys ry,

		050 355 1619
16.30-18.00	KUNTOSALI	Suomen Nivelyhdistys ry, 050 325 2174

TORSTAI		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
9.30-11.30	KUNTOSALI	Kuopion Vipinä ry, 040 508 3001
11.30 - 13.00	KUNTOSALI	Tekolammen eläkeläiset, 040 545 3817
13.00-14.30	KUNTOSALI	Länsiranta 2, 0440 139 129
15.00 - 16.00	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 046 956 9783
16.30-18.00	KUNTOSALI	Suomen Nivelyhdistys ry, 050 5252 174
18.00 - 19.00	KUNTOSALI	Puijonlaakso seura ry, 040 765 8842

PERJANTAI		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
8.00 - 9.30	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 040 583 2447 tai 044 567 8943
9.30 - 11.00	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 044 291 1950
11.00 - 12.30	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 040 824 1303
12.30-14.00	KUNTOSALI	Kuntoutuspalvelut, 044 718 7234
14.00-15.00	KUNTOSALI	MMA P-Savon veteraanikilta, 050 512 5638
15.00-16.30	KUNTOSALI	Vertaisohjattu, 050 524 9138

Leväsen toimintakeskus / monitoimisalın keittiön puoli syksy 2021

MAANANTAI		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
10.30-12.00	KEVYT LIIKUNTA	Osapäiväryhmä, 044 718 3633
12.30-14.00	JOOGA	Kuopion varhaiseläkkeensaajat ry, 041 431 6395

TIISTAI		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
9.00-10.00	JUMPPA	MMA P-Savon Veteraanikilta ry, 050 512 4638
10.30 - 12.00	KEVYT LIIKUNTA	Osapäiväryhmä, 044 718 3633
13.00 - 14.30	KEVYT LIIKUNTA	Kokopäiväryhmä, 044 718 4070

KESKIVIikko		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
9.00-10.00	LIIKUNTA	Hyvinvoinnin edistämisen palvelualue, 044 718 2509
10.30 - 12.00	KEVYT LIIKUNTA	osapäiväryhmä, 044 718 3633
13.00 - 15.00	KEVYT LIIKUNTA	Kokopäiväryhmä, 044 718 4070
16.45 - 20.30	JOOGA (3 ryhmää)	Kansalaisopisto, 044 718 4745

TORSTAI		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
9.30-11.00	JOOGA	Kuopion Varhaiseläkkeensaajat ry, 041 431 6395
11.00-12.00	KEVYT LIIKUNTA	Osapäiväryhmät
17.45 - 18.45	KUNTONYRKKEILY	Kaupungin henkilökunta, 050 3029 673

PERJANTAI		
KLO	TOIMINTA	JÄRJESTÄJÄ / YHTEYSTIETO
10.00 - 11.00	KEVYT LIIKUNTA	Kokopäiväryhmä, 044 718 7364