Tule mukaan liikkumaan

SYKSYN 2026 ryhmäliikuntakalenteri viikot 36-49 (ei viikolla 42 eikä arkipyhinä)

Voit osallistua rajoituksetta ryhmäliikuntatunneille lunastamalla liikuntakortin koko syyskaudeksi 56 €. Työttömät, eläkeläiset, opiskelijat, varuspalveluvelvolliset, siviilipalveluvelvolliset, ja kriisinhallintaveteraanikortilla (KRiHa) 43 €. Voit ostaa myös kertalipun hintaan 4 €/kpl. Liikuntakortteja, kausitarroja ja kerta-lippuja voit lunastaa Vaasan uimahallin kassalta, Vaasan Tammipihan kansalaisinfosta tai Vähänkyrön yhteispalvelupisteeltä.

Lisätietoa saat liikuntapalveluvastaava Siv Arolta s-posti: siv.aro@vaasa.fi tai puh: 040-721 97 60
HUOM! Kaiku-kortti käy kaikilla meidän ryhmäliikuntatunneillamme. Muistathan tarkistaa ryhmäliikuntakalenterista mitkä tunnit vaativat ennakkoilmoittautumisen!

MAANANTAI

- **KLO. 16:15-17 MIMMIEN LIHASKUNTOMIX** MAKSULLINEN Keskuskoulu, Raastuvankatu 39-43 ohj. Elli
- **KLO. 16:30-17:30 KUNTOSALIHARJOITTELU SEKARYHMÄ** MAKSULLINEN Palosaaren koulu, erillisrakennus Wolffintie 25 ohj. Torbjörn
- **KLO 17:30-18:30 MINIBANDS KUMINAUHA -JUMPPA** MAKSULLINEN Onkilahden yhtenäiskoulu Vuorikatu 7 A-kiinteistö ohj. Katariina
- **KLO. 18:15-19:15 KAHVAKUULA** MAKSULLINEN Urheiluhalli, Ammattikoulunkatu 6 (ent. Sepänkyläntie 14-16) ohj. Torbjörn

TIISTAI

- **KLO. 17-18:30 OMATOIMI LENTOPALLO NAISET** ILMAINEN Merenkurkun koulu Kirkkopuistikko 33
- **KLO. 17-18 CLUBBELLS-VOIMAKEILA** MAKSULLINEN Urheiluhalli Ammattikoulunkatu 6 (ent. Sepänkyläntie 14-16) ohj. Torbjörn **(Ennakkoilmoittauminen 25.8.2026 klo 16-18 puh: 0400-235607)**
- **KLO. 17:30-18:15 JUMPPAMIX** MAKSULLINEN Onkilahden yhtenäiskoulu, Vuorikatu 7 A-kiinteistö ohj. Katariina
- **KLO. 18:15-19 VENYTTELY** MAKSULLINEN Onkilahden yhtenäiskoulu, Vuorikatu 7 A-kiinteistö ohj. Katariina
- **KLO. 17:30-19 KUNTONYRKKEILY** MAKSULLINEN Teeriniemen kamppailusali, Joutsenenkatu 9 ohj. Linda
- **KLO. 19:30-20:30 NAISTEN SÄHLY** ILMAINEN Hietalahden koulu, Ravikatu 9 (omatoimi)
- **KLO. 20:30-22 MIESTEN ROMURALLISÄHLY** ILMAINEN Hietalahden koulu, Ravikatu 9 (omatoimi)

KESKIVIIKKO

- **KLO. 17-18 ZUMBA** MAKSULLINEN Onkilahden yhtenäiskoulu, Vuorikatu 7 A-kiinteistö ohj. Johanna
- **KLO. 18-19 OMATOIMISÄHLY MIEHET JA NAISET** ILMAINEN Tervajoen koulu, Malamontie 2
- **KLO. 18:15-19 KOKO KEHON TEHOJUMPPA** MAKSULLINEN Onkilahden yhtenäiskoulu, Vuorikatu 7 A -kiinteistö ohj. Katariina
- **KLO. 19:15-20:45 SYYSILLAN JOOGA** MAKSULLINEN Onkilahden yhtenäiskoulu, Vuorikatu 7 A -kiinteistö ohj. Maarit

TORSTAI

- **KLO. 16-17 KUNTOSALIHARJOITTELU NAISET I** MAKSULLINEN Palosaaren koulu, erillisrakennus Wolffintie 25 ohj. Torbjörn
- **KLO. 17-18 KUNTOSALIHARJOITTELU NAISET II** MAKSULLINEN Palosaaren koulu, erillisrakennus Wolffintie 25 ohj. Torbjörn
- **KLO. 17:30-18:30 LAVIS** MAKSULLINEN Keskuskoulu, Raastuvankatu 39-43 ohj. Greta
- **KLO. 18-19 KUNTOSALIHARJOITTELU MIEHET** MAKSULLINEN Palosaaren koulu, erillisrakennus Wolffintie 25 ohj. Torbjörn
- **KLO. 18:45-19:45 LEMPEÄ PILATES** MAKSULLINEN Onkilahden yhtenäiskoulu Vuorikatu 7 A-rakennus ohj. Terhi

SUNNUNTAI

- **KLO. 18-19 KUNTOJUMPPA** MAKSULLINEN Kyrölän nuorisotila Vähänkyröntie 51 ohj. Greta

PERHELIIKUNTA

LAUANTAI

KLO. 16-17:30 PERHELIIKUNTA HOPPIS ILMAINEN Urheiluhalli, Ammattikoulunkatu 6 (ent. Sepänkyläntie 14-16) Syyskausi 5.9.-19.12.2026

SUNNUNTAI

KLO. 16-17 PERHELUISTELU HOPPIS ILMAINEN Vaasan Sähkö Areena, Rinnakkaistie 1 (Areena nr HH3) Syyskausi 13.9.-27.12.2026

VAASA.
VASA.