

Kevään 2025 liikuntaryhmät



Kuntosaliryhmä

- tiistaisin klo 15—16
- 14.1.-22.4.2025
- hinta 189 €/ 15 krt
- Mäntykampus, Melankatu 10 B, kuntosali, 70500 Kuopio

MuistiKunto -ryhmä

- torstaisin klo 13–14
- 16.1.-24.4.2025
- hinta 379 €/ 15 krt
- FysioSeniorin toimipiste, Kauppakatu 9, 70100 Kuopio

Lantionpohjaryhmä

- maanantaisin klo 17–18
- 13.1.-28.4.2025
- hinta: 189 €/ 15 krt
- Mäntykampus, Melankatu 10 B, (liikuntasali), 70500 Kuopio

Keho kuntoon -ryhmä

- maanantaisin klo 16—17
- 13.1.-28.4.2025
- hinta: 189 €/ 15 krt
- Mäntykampus, Melankatu 10 B, (liikuntasali) 70500 Kuopio

Allasjumppa

- maanantaisin klo 15—16
- 13.1.-28.4.2025
- hinta 189 €/ 15 krt (+Liikkuva Kuopio—hyvinvointiranneke)
- Suokadun palvelutalo, Suokatu 6, 70100 Kuopio

Voima- ja tasapainoryhmä

- pienryhmä (max 6 osallistujaa)
- tiistaisin klo 12.30—13.30
- 14.1.-22.4.2025
- hinta 189 €/ 15 krt
- FysioSeniorin toimipiste, Kauppakatu 9, 70100 Kuopio