

Kesän maksullinen liikuntatarjonta

Rovaniemen kaupungin liikuntapalvelut järjestää kaikille avointa toimintaa kesäajalle

Ohjattuja vesijumppia Uimahalli Vesihidessä 21.5 - 30.7.2024 tiistain ja torstain vesijumppa klo 18.30 - 19.15 Laguunialtaassa.

Tiistain ja torstain Laguunialtaan vesijumppiin ennakoilmoittautuminen internetin kautta jumppaa edeltävän viikon sunnuntaina klo 18.00 alkaen.
<https://oma.enkora.fi/rovaniemenuimahalli/reservations2>

Jumppaan otettava henkilömäärä on 20 jumppaajaa.
Hinnaston mukainen uintimaksu. Maksu suoritetaan Uimahalli Vesihidien kassalle.

Omatoimiset kuntosalivuorot kesäkaudella 20.5. - 30.8.2024

Kuntosalin kausimaksu omatoimisille vuoroille on **40€/hlö**.

Eläkeläiset, työttömät, erityisryhmät ja kotona lasta hoitavat saavat kausimaksun alennettuun hintaan **31€/hlö**. (oikeus alennukseen todistettava)

Kausimaksu maksetaan joko **Osviitaan** tai **Murolan kirjastoon**. Pidä kesäpassi mukana kuntosalilla.

Kaikukorttilainen, hae kuntosalin kesäpassi Osviitasta.

Kaikukortilla pääsee kuntosalille myöhemmille vuoroille, vuorot keltaisella.

Keltakangas:

maanantai klo 9-12 ja 15-18
tiistai klo 10-14 ja 14-18
keskiviikko klo 9-15 ja 16-18
torstai klo 10-14 ja 14-18
perjantai klo 9-12 ja 15-18

Totto-Halli:

ma, ti, ke to ja pe klo 15-20

Kesän maksuton liikuntatarjonta

Rovaniemen kaupungin liikuntapalvelut järjestävät kaikille avointa ulkoliikuntaa 3.6. - 31.7.2024 säällä kuin säällä

Kahvakuula & ulkokuntosali -treeni

Maanantai klo 18-19

Keskuskentän puukatsomon viereisellä ulkokuntosalilla
(Ota oma kahvakuula ja jumppa-alusta mukaan)

Toiminnallinen -treeni

Keskiviikko klo 18-19

Luironpuiston leikkipaikka (Hirttiöntie/Pappilantie)
(Ota oma jumppa-alusta mukaan)

Seniorit ja erityisryhmät kesäohjelma: 3.6. - 23.8.2024

Maanantai klo 10-11 Kuntokierros, Ounasrinne jalkapallokenttä
Maanantai klo 12-13 Kuntokierros ja kuntolaitteet, Keskuskenttä

Tiistai klo 10-11 Puistokävely, Kirkkolampi (kokoontuminen jäätelökioskilla)
Tiistai klo 12-13 Kävelyjumppa Vaaranlampi (kokoontuminen lammella)

Keskiviikko klo 10-11 Kuntokierros, Saarenkylän urheilukenttä
Keskiviikko klo 12-13 Puistojumppa Arktikum (kokoontuminen sisäpihan portailla)

Torstai klo 10-11 Kuntokierros, Keskuskenttä
Torstai klo 12-13 Puistojumppa, Luironpuisto

Perjantai klo 10-11 Puistojumppa, Vanhatori
Perjantai klo 12-13 Puistojumppa hyödyntäen kuntoportaita (kokoontuminen Valdemari parkkialue)

Lisätietoja: Liikuntakoordinaattorit: 040 7675830, 040 5456671, 040 5625337
Uimahalli Vesihiisi: 016 3222592