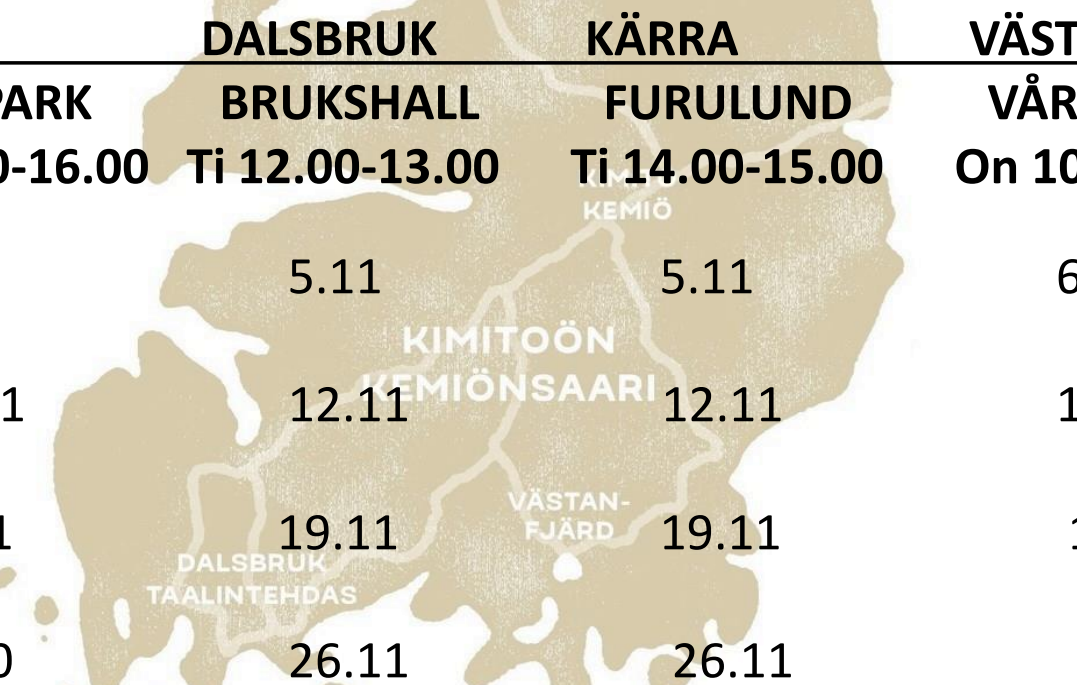


# Program för motionsgrupperna orkidé i Kimitoöns kommun 2024

## Kemiönsaaren kunnan liikuntaryhmä Orkidean ohjelma 2024



	<u>KIMITO</u>	<u>DALSBRUK</u>	<u>KÄRRA</u>	<u>VÄSTANFJÄRD</u>	
	AMOSPARK	BRUKSHALL	FURULUND	VÅRDKASEN	
	Må 15.00-16.00	Ti 12.00-13.00	Ti 14.00-15.00	On 10.00-11.00	
Käppjumppa	4.11	5.11	5.11	6.11	Keppijumppa
Hanteljumppa	11.11	12.11	12.11	13.11	Käsipainojumppa
Bowling	18.11	19.11	19.11	18.11	Keilailu
Stretch	25.10	26.11	26.11	27.11	Venyttely