

PIEKSÄMÄEN KAUPUNGIN ERITYISLIIKUNTA LUKUVUONNA 2025 - 2026 (syyskausi alkaa 8.9.2025, kevätkausi 7.1.2026)

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Tanssi ja liikunta	830600 Senioritanssi 8.9.25-20.4.26 klo 9:45-11:15 Seutuopiston sali, Veturitallit			830669 Lattiacurling 11.9.25-23.4.26 klo 16:00-17:00 Uimahalli, alasali	
Vesijumppa	830620 Sydänvesijumppa 8.9.25-4.5.26 klo 14:15-15:00 Uimahalli, lämmin allas 830621 Nivelvesijumppa 8.9.25-4.5.26 klo 15:15-16:00 Uimahalli, lämmin allas		830623 Selkävesijumppa 10.9.25-22.4.26 klo 13:00-13:45 Uimahalli, lämmin allas 830622 Nivelvesijumppa 10.9.25-22.4.26 klo 14:00-14:45 Uimahalli, lämmin allas	830624 Viileän veden vesijumppa 11.9.25-23.4.26 klo 12:15-13:00 Uimahalli, iso allas 830625 Selkävesijumppa 11.9.25-23.4.26 klo 13:15-14:00 Uimahalli, lämmin allas 830626 Vesijumppaa liikuntarajoitteisille 11.9.25-23.4.26 klo 15:15-16:00 Uimahalli, lämmin allas	
Kunto- ja tuolijumppa Kuntosali	830604 Kuntojumppa 8.9.25-4.5.26 klo 12:45-13:45 Seutuopiston sali, Veturitallit	830608 Tuolijumppa 9.9.25-28.4.26 klo 9:30-10:15 Kuusitie 41, kotilounas K&K ruokala 830606 Tuolijumppa 9.9.25-28.4.26 klo 12:45-13:30 Seutuopiston sali, Veturitallit 830607 Tuolijumppa, reipas 9.9.25-28.4.26 klo 16:15-17:00 Järjestötila, monitoimitila 830668 Korttelijumppa, Tahiniemi 16.9.25.-28.4.26 klo 10:45-11:30 As Oy Pieksämäen Asemanlahden kivilatot, yhteiset tilat, Tahintie 14	830665 Kuntosaliharjoittelu, neur. ryhmä A 10.9.25-22.4.26 klo 12:00-13:00 Abeli 830666 Kuntosaliharjoittelu, neur. ryhmä B 10.9.25-22.4.26 klo 13:15-14:15 Abeli	830660 Lihaskuntotreenit kehitysvammaisille 11.9.25-23.4.26 klo 13:30-14:30 Järjestötila, monitoimitila	830605 Kuntojumppa 12.9.25.-8.5.26 klo 12:30-13:30 Konttiopuiston liikuntahalli
Voimaa ja tasapainoa	830630 Voimaa ja tasapainoa, Abeli 8.9.25-4.5.26 klo 14:15-15:30 Abeli	830645 Voimaa ja tasapainoa A, Virtasalmi 9.9.25-28.4.26 klo 9:10-10:25 Virtasalmi, Ojintalo 830646 Voimaa ja tasapainoa B, Virtasalmi 9.9.25-28.4.26 klo 10:30-11:45 Virtasalmi, Ojintalo 830631 Voimaa ja tasapainoa, Abeli 9.9.25-28.4.26 klo 14:15-15:30 Abeli	830647 Voimaa ja tasapainoa, Jäppilä 10.9.25-22.4.26 klo 14:15-15:30 Jäppilä, monitoimitalo	830633 Voimaa ja tasapainoa, järjestötila 11.9.25-23.4.26 klo 8:45-10:00 Järjestötila, monitoimitila 830635 Voimaa ja tasapainoa A, Kerttula 11.9.25-23.4.26 klo 10:45-12:00 Kerttula 830636 Voimaa ja tasapainoa B, Kerttula 11.9.25-23.4.26 klo 12:00-13:15 Kerttula 830634 Voimaa ja tasapainoa, Abeli 11.9.25-23.4.26 klo 14:00-15:15 Abeli 830648 Voimaa ja tasapainoa, Haapakoski 11.9.25-23.4.26 klo 9:45-11:00 Haapakoski, seurantalo (joka toinen viikko) 830656 Voimaa ja tasapainoa, Halkokumpu 18.9.25-2.4.26 klo 9:45-11:00 Halkokumpu, Kumpulato (joka toinen viikko)	830637 Voimaa ja tasapainoa, Abeli 12.9.25-8.5.26 klo 8:45-10:00 Abeli 830649 Voimaa ja tasapainoa, Peiposjärvi 19.9.25-17.4.26 klo 10:00-11:15 Peiposjärvi, Seurantalo (joka toinen viikko) 830655 Voimaa ja tasapainoa, Paltanen 12.9.25-24.4.26 klo 12:00-13:15 Paltasen pysäkki (joka toinen viikko)