

Yleiset vesivoimistelut (15.8.2016–14.5.2017)

Vesivoimistelut 30 min., aqua training, -zumba 45 min. Ei ennakoilmoittautumisia. ♪ = musiikki
Aqua training ja -zumba alkaa viikolla 36, tunteja ei ole viikolla 43, 51-1, 10. Ei korvaavaa jumppaa.

Oulun uimahalli, Raksila

ma	6.30	11.30* ♪	14.00*	17.30*	20.00* aquazumba ♪
ti	6.30 syvävesi	11.30* ♪	14.00*	17.30* ♪	20.00
ke	6.30	11.30* ♪	14.00* ♪	16.30*	
to		11.30*	14.00*	16.15* aqua training ♪	20.00
pe	6.30	11.30* ♪	13.00* kevyt	17.30* ♪	20.00 syvävesi
la		11.30*	14.00* ♪		
su		11.30* ♪	14.00*		

* Kuntoallas, muut vesivoimistelut iso allas.

Raatin uimahalli

ma	6.30 ♪	13.00 ♪		20.00
ti		13.00	17.15 aqua training ♪	
ke	6.30 ♪	13.00		20.00 syvävesi
to		13.00 ♪	17.30	20.00 ♪
pe	6.30	13.00		
la	13.00 ♪	15.00		
su	13.00	15.00 ♪		

Vesi-Jatuli, Haukipudas

ma	7.45 ♪	13.00 ♪		19.00 ♪
ti	6.45	12.00 ♪	18.00 circuit+♪	
ke	7.45	12.00 ♪	15.00 ♪	18.00 ♪
to	7.45	12.00 ♪		
pe		12.00 ♪		18.00 ♪
la	12.00 ♪			

Vesivoimistelut monitoimialtaalla.

Hinnasto

Aikuiset: sarjalippu 10 kpl 45 €, kertamaksu 5,50 €
Aleryhmät: sarjalippu 10 kpl 25 €, kertamaksu 3,20 €
Seniorikortti: ennen klo 15.30 alkavat jumpat
Veteraanikortti: käy koko päivän

Erityisryhmät

Oulun uimahalli, monitoimiallas

Ilmoittaudu ennakkoon.

- to 15.00 Pitkäaikaissairaat p. 044 703 8042
- to 15.45 Terveyttä vedestä p. 044 703 8042
- pe 9.00 Kehitysvammaiset p. 044 703 8048
- pe 9.45 Neurologiset p. 044 703 8048
- pe 12.15 Neurologiset ja pitkäaikaissairaat p. 044 703 8042

Oulun uimahalli, kuntoallas

Ei ennakoilmoittumista.

- pe 13.00 Kevyt vesivoimistelu, soveltuu pitkäaikaissairaille.

Jatuli, monitoimiallas

- to 14.00 Tule, p. 050 390 0059