

ERITYISLIIKUNTA, työikäiset–ikäntyneet

Syksy 3.9.–14.12.2018, kevät 7.1.–11.5.2019 (ei vko 43, 10)

Ilmoittautumiset ryhmiin 27.8. alkaen alla oleviin numeroihin.

Hinnasto

Perusmaksu, aikuiset sarjalippu 10 kpl 45 €, kertamaksu 5,50 €

Perusmaksu, ale-ryhmät sarjalippu 10 kpl 25 €, kertamaksu 3,20 €

Kausimaksu 30 € (syksy ja kevät erikseen)

Muu maksu mainitaan erikseen

Erityisvesivoimistelut

Vesivoimisteluryhmiä henkilöille, joilla on pitkäaikaissairaus, liikkumisen- tai toimintakyvyn haitta.

Oulun kaupunginsairaala, Kiviharjuntie 5

Kausimaksu 30 €. Ilmoittautumiset puhelimitse.

Aistivamma Ma 17.15-17.45 p. 044 703 8048

Liikuntarajoite Ke 16.15-16.45 p. 040 761 5502

Tule-Reuma To 17.10-17.40 p. 044 703 8049

Oulun uimahalli, monitoimiallas

Perusmaksu. Ilmoittautumiset puhelimitse.

Pitkäaikaissairaat Ti 15.00-15.30 p. 044 703 8049

Pitkäaikaissairaat Ti 15.45-16.15 p. 044 703 8049

Kehitysvammaiset Pe 9.00-9.30 p. 044 703 8049

Neurologiset Pe 9.45-10.15 p. 044 703 8049

Pitkäaikaissairaat Pe 12.15-12.45 p. 044 703 8049

Oulun uimahalli, kuntoallas

Perusmaksu. Ei ennakkoilmoittautumisia.

Pitkäaikaissairaat Pe 13.00-13.30 Ei ennakkoilmoittautumisia

Yleiset vesivoimistelut (linkki [www-sivuille](#))