

Työikäisten kuntosaliharjoittelu

Työikäiset ovat tervetulleita harjoittelemaan Kotikoivun kuntosalille sen aukioloaikoina. Ohjaaja on tavattavissa kuntosalilla kuukauden ensimmäisenä tiistaina klo 16.30-18.00 elo-marraskuussa ja tammi-kesäkuussa. Voit sopia ohjauksesta myös soittamalla meille p. 03 4590 4654.

Hintoihin sisältyvät viikoittaiset ohjaukset sekä harjoitusohjelman laadinta ja päivitys. Kuntosalilaitteiden ja välineiden tekniikka mahdollistaa harjoitusohjelman päivittymisen reaaliaikaisesti.



Kuntosali avoinna

arkiaamuisin klo 6.30 - 8.30
arki-iltaisin klo 16.00 - 21.30
viikonloppuisin klo 9.30 - 17.30

Harjoitteluhinnat

6 kk 160 €
3 kk 82 €
1 kk 46 €
1 krt 8 €

Meillä käyvät maksuvälineenä erilaiset liikuntasetelit, kysy lisää!

Tiedustelut ja ilmoittautumiset:

Kotikoivun Hyvinvointipalvelut, Jyllinkatu 3, Ikaalinen
fysioterapeutit puh. (03) 459 040 | kotikoivu@jyllinkodit.fi

www.jyllinkodit.fi | www.facebook.com/jyllinkodit

Hinnat ja aukioloajat voimassa 1.5.2017 alkaen.

