

AIKUISTEN LIIKUNTATARJONTA TYRNÄVÄLLÄ

KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ – LIIKKUMALLA KUNTOON

syksy 2019 – kevät 2020

PÄIVÄ	AIKA	MIKÄ	PAIKKA	JÄRJESTÄJÄ
MA	KLO 10.00-11.00	Senioreiden kuntosali	Temmes	Liikuntatoimi
MA	KLO 19.00-20.30	KKI-Lentopallo	Murto	Liikuntatoimi
MA	KLO 18.30-19.30.	Kahvakuula	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
MA	KLO 20.00-21.30	Karate	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
TI	KLO 9.30 – 10.30	Liikkuvuutta ja lihaskuntoa	Seurojentalo	Tmi Katja Annukka
TI	KLO 17.45-18.30	Vaihtuva jumppa	Kuulammen liikuntahalli B	TyPs/ Iikku Kolari
TI	KLO 18.00-19.00	Kuntopiiri, seka	Murto	Kansalaisopisto
TI	KLO 18.00-19.00	Kuntosalijumppa, naiset	Seurojentalo	Tempaus
TI	KLO 19.00-20.00	Liikkuvuutta ja lihaskuntoa	Kuulammen peilisali	Tmi Katja Annukka
TI	KLO 19.15-20.15	Kuntosalijumppa, miehet	Seurojentalo	Tempaus
TI	KLO 19.30-20.30	Sähly	Temmes	Temmeksen Taru
KE	KLO 18.00-19.00	Kahvakuula	Kuulammen peilis.	TyPs/ Iikku Kolari
KE	KLO 18.30-19.30	Kahvakuula	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
KE	KLO 19.00-21.00	Lentopallo	Temmes	Temmeksen Taru
KE	KLO 19.00-20.00	potkunyrkkeily yli 12 v	Kuulampi	Kickboxing team
KE	KLO 20.30-21.30	Karate	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
TO	KLO 10.30-11.30	Senioreiden kuntosali	Kuulammen liikuntahalli	Liikuntatoimi
TO	KLO 17.00-18.30	KKI-Naisten palloilu	Kirkkomännikkö	Liikuntatoimi
TO	KLO 18.00-00.00	Dartsin viikkokisat	Ravintola Ranni	Darts Club ry
TO	KLO 19.00-20.00	Kehonhuolto	Markkuun koulu	Markkuun kyläyhdistys
TO	KLO 19.00-20.00	Sähly, naiset	Temmes	Temmeksen Taru
PE	KLO 18.30-20.00	KKI-sähly, miehet	Kuulampi AB	Liikuntatoimi
PE	KLO 20.00-22.00	KKI-lentopallo	Kuulampi B	Liikuntatoimi
PE	KLO 18.00-19.30	KKI-sähly	Murto	Liikuntatoimi
LA	KLO 10.00-10.45	Äiti-vauvajumppa	Rantaroustin peilisali	Kansalaisopisto
LA	KLO 10.30-12.30	Karate yli 14v	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
LA	KLO 12.30-13.30	Kahvakuula	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
SU	KLO 11.30-12.30	Potkunyrkkeily yli 12 v	Kirkkomännikkö	Kickboxing team
SU	KLO 17.30-19.00	Sähly, naiset	Rantarousti	TyPs
SU	KLO 18.30-19.30	Voimacircuit+Kehonhuolto	Kuulammen peilisali	TyPs/Iikku Kolari
SU	KLO 19.00-21.00	KKI Lentopallo	Kuulampi B	Liikuntatoimi

LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTATARJONTA TYRNÄVÄLLÄ

PÄIVÄ	AIKA	MIKÄ	PAIKKA	JÄRJESTÄJÄ
MA	klo 15.30-17.30	liikkari 1-3 luokkalaisille	Kirkkomännikkö	4H
MA	klo 16.00-17.00	liikuntakerho	Murto	4H
MA	klo 17.30-18.30	junnu karate 7-13 vuotiaille	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
MA	klo 18.30-20.00	karate yli 14 vuotiaille	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
MA	klo 16.30-18.30	f tytöt pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
MA	klo 17.00-18.00		Temmes	4H
MA	klo 17.30-19.00	g pojat salibandy	Rantarousti	TyPs
MA	klo 17.00-18.00	Sportti 3-4 luokkalaisille	Murto	4H
MA	klo 18.00-19.00	Sähly 2-4 luokkalaisille	Murto	Ahmat
MA	klo 18.00-20.00	salibandy kerho 5-7 vuotiaille	Kuulampi	MLL
MA	klo 18.30-20.00	d-tytöt pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus
TI	klo 15.00-16.00	liikkari 1-2 luokkalaisille	Kirkkomännikkö	4H
TI	klo 16.00-17.00	sportti kerho 3-6 luok.	Kirkkomännikkö	4H
TI	klo 16.00-17.00	Ilmainen pesiskerho 1-6 luok.	Seurojentalo	Tempaus
TI	klo 16.30-17.30	f-tytöt pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
TI	klo 16.30-17.30	f-tytöt pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
TI	klo 17.00-18.00		Temmes	4H
TI	klo 17.00-18.00	liikkari 1-4 luokkalaisille	Murto	4H
TI	klo 17.00-18.30	Tyttö säbä kerho	Rantarousti	TyPs
TI	klo 17.00-19.00	tempu kerho 3-4 ja 5-7 v	Kirkkomännikkö	MLL
TI	klo 18.00-19.00	perheliikunta	Temmes	MLL
TI	klo 18.30-20.00	salibandy e/d pojat	Rantarousti	TyPs
TI	klo 17.00-18.30	e-pojat pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus
TI	klo 17.30-19.00	e-tytöt pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
TI	klo 18.30-20.00	d-pojat pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus

TI	klo 19.00-20.00	Luonto-/liikuntakerho	Markkuun koulu	Markkuun kyläyhdistys
KE	klo 15.30-17.30		Kirkkomännikkö	4H
KE	klo 15.45-16.45		Murto	4H
KE	klo 16.30-17.30	yleisurheilu vv. 2011-2013	Kuulampi	LNM
KE	klo 16.45-17.45	sähly 5-6 luokkalaisille	Murto	4H
KE	klo 17.00-18.30	f1/f2 - pojat salibandy	Rantarousti	TyPs
KE	klo 17.30-18.30	muksu karate 4-6 vuotiaalle	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
KE	klo 17.30-18.30	potkunyrkkeily 7-12 vuotiaalle	Toukovakan päiväkot	Kickboxing team
KE	klo 18.00-19.00	liikuntakerho 1.-6.lk.	Temmes	MLL
KE	klo 18.00-19.30	junnu karate 7-13 vuotiaalle	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
KE	klo 18.30-20.00	e-tytöt salibandy	Rantarousti	Typs
KE	klo 19.00-20.00	potkunyrkkeily yli 12 v	Kuulampi	Kickboxing team
KE	klo 19.30-20.30	karate yli 14 vuotiaalle	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
KE	klo 18.00-19.30	d-tytöt pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus
TO	klo 15.00-16.00		Kirkkomännikkö	4H
TO	klo 16.00-17.00	sportti kerho 4-6 luok.	Kirkkomännikkö	4H
TO	klo 15.45-16.45		Murto	4H
TO	klo 16.30-17.30	f-pojat pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
TO	klo 16.00-17.30	2010-2003 t/p yleisurh.koulu	Rantarousti	LNM
TO	klo 17.30-19.00	e-pojat Salibandy	Rantarousti	TyPs
TO	klo 17.30-18.30	urheilukoulu	Kuulampi	Ahmat
TO	klo 17.30-19.00	e-tytöt pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus
TO	klo 18.00-19.00	Nuorisokerho	Murto	Nuorisotoimi
TO	klo 19.00-20.30	d-pojat salibandy	Rantarousti	Typs
PE	klo 17.00-18.30	d-pojat pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
PE	klo 18.00-19.30	c-tytöt	Rantarousti	TyPs
PE	klo 18.30-20.00	e-pojat pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus
LA	klo 10.00-12.00	e-tytöt pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus
LA	klo 10.30-12.30	karate yli 14 v	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
LA	klo 12.30-13.30	lasten karate 4-6v	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
LA	klo 13.00-14.30	pesäpallokerho/f-pojat	Kuulampi	Tempaus
LA	klo 13.30-14.30	junnu karate 7-13v	Kirkkomännikkö	Tyrkky ry
LA	klo 18.00-19.30	harraste pojat salibandy	Rantarousti	TyPs
SU	klo 10.00-12.00	perheliikuntavuoro	Rantarousti	Tyrnävän yrittäjät, liikuntatoimi
SU	klo 11.30-12.30	potkunyrkkeily yli 12 v	Kirkkomännikkö	Kickboxing team
SU	klo 12.00-13.30	e-pojat pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
SU	klo 13.30-14.30	tyttösää minit 2012-2015	Rantarousti	TyPs
SU	klo 13.30-14.30	sääpojat 2012-2015	Rantarousti	TyPs
SU	klo 13.30-15.00	e-tytöt pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
SU	klo 15.00-16.30	d-tytöt pesäpallo	Kuulampi	Tempaus
SU	klo 15.00-16.30	f-tytöt pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus
SU	klo 15.00-16.00	e-tytöt salibandy	Rantarousti	TyPs
SU	klo 16.30-18.00	f-pojat pesäpallo	Seurojentalo	Tempaus
SU	klo 16.00-17.30	f1 / f2 - pojat salibandy	Rantarousti	TyPs
SU	klo 17.00-18.00	perheliikunta	Kirkkomännikkö	MLL
SU	klo 17.00-18.15	lasten jooga	Temmes	MLL
SU	klo 18.00-19.00	perheliikunta	Murto	MLL

LISÄTIETOA:

www.gojuryu.fi, www.tyrnavanahmat.com, www.tyrnavantempaus.fi, www.tyrnava.mll.fi,

www.tyteyu.com, www.tyrnava.4h.fi, www.mll.fi/yhdistykset/mannerheimin-lastensuojeluliiton-temmeksen-yhdistys-ry.

Seurojen yhteystiedot löytyvät kunnan kotisivulta www.tyrnava.fi / palvelut/nuoriso- ja liikuntapalvelut/liikuntapalvelut/seurat.

Lisätietoja liikuntasuhteiltä 0500 803 814 / jyrki.siekkinen@tyrnava.fi