



Tuusulanjärven Reuma ry

Syksyn 2020 liikuntaryhmät

Paikka	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai
Toimintakeskus Järvenpää	Tuolijooga klo 17-18	Tuolijumppa max 8 hlöä/kerta klo 12	Asahi max 8 hlöä/kerta ryhmä 1 klo 12 ryhmä 2 klo 13	Tuolijumppa max 8 hlöä/kerta ryhmä 1 klo 10 ryhmä 2 klo 11		
Uimahalli Järvenpää		Allasjumppa klo 11-11.30			Allasjumppa klo 13-13.30	
Uimahalli Tuusula			Boccia klo 13-14.30 Tuolijooga 16.45-17.45	Allasjumppa 12.15-12.45		
Keilahalli Järvenpää						Keilaus klo 13-15
Temalin tanssisali Järvenpää					Tanssi klo 10-11	