



HYVINVOIVA
— VIEREMÄ —



LIIKUNTATOIMI
— VIEREMÄ —

Hyvinvoinnin ja liikunnan viikko-ohjelma

KESÄ-HEINÄKUU | 2024

Maanantai

KAHVAKUULA

klo 19-20 / Liikuntahalli

Mukavaa treeniä ja tekniikkaharjoittelua. Oma avain helpottaa kulkua. Kesto kesäkuun loppuun.

Ohjaaja: Tarja Hukkanen, Vieremän Koitto.

Tiistai

PUHTIA PORTAISTA

23.7.

klo 17 / Kuntoportaat

Liikuntatoimen ohjaama porrastreeni. Kesto 45 min.

Keskiviikko

PUISTOTREENIT

klo 18-19 / Einarinpuisto
sateella Huvitorppa

Toiminnallista harjoittelua kaikenlaisille liikkujille kesäkuun loppuun. Ohjaaja: Julia Leinonen



Torstai

HÖNTSÄFUTIS

klo 18-20 / livon arena

Kaikki mukaan pelaamaan!



Perjantai

TEATTERIESITYS

28.6.

klo 15-16.15 / Kotiseutu-
museo

Teatteri Tie: Telin tutkimusmatka tulevaisuuksiin. Koko perheen näytelmä. Maksuton tilaisuus.

Lauantai

HÖNTSÄFUTIS

klo 15-17 / livon arena

Kaikki mukaan pelaamaan!



VILPERI-HANKE

Perheliikuntaneuvonnasta apua perheen pieniin ja suuriin liikunta-haasteisiin.

Välinelainaus, liikuntatilojen käyttö (varatut vuorot), testauspalvelut, lajitutustukset sekä pt-palvelu ovat VILPERI-perheille maksuttomia.

Kysy lisää tai ilmoittaudu:
040 518 7370
Liikuntasihteeri Sari Kautto

KESÄKAHVILA RIEMULA 25.6.-27.7.

Rientolan riemukas kesäkahvila on täynnä toimintaa! Avoimna ti-la klo 11-17.

Mahdollisista muutoksista tiedotetaan Rientolan kanavissa.



MONIPALVELUAUTO KULKURI

Monipalvelu-/kirjastoauto Kulkuri toimittaa kirjat jokaiseen mökkiin ja niemennokkaan. Muina aikoina auto on varattavissa monipalvelukäyttöön, esimerkiksi tapahtumiin ja ryhmille.

Kysy lisää kirjastosta:
vierema.kirjasto@vierema.fi
tai 0400996498 (kirjastoauto).



LUOVA TILA

Vanha kirjasto,
petterintie 37

Käytettävissä bändi- ja kuvataidetilat. Käyttö on maksutonta.

Avaimet ja sähköisen ajanvarauskalenterin saa käyttöön Vieremän kirjaston asiakaspalvelusta.



HYVINVOINTI- JA LIIKUNTANEUVONTA

Tarvitsetko apua harrastuksen löytämiseen, kuntosaliohjelman tai muuta tukea hyvinvointiisi?

OTA YHTEYTTÄ:

Hyvinvointityöntekijä
joona.hynynen@vierema.fi
040 660 6867

Liikuntasihteeri
sari.kautto@vierema.fi
040 518 7370

Tiesithän myös, että kuntosali on maksuton eläkeläisille, opiskelijoille ja työttömille!



ILMAISTA JA AVOINTA TOIMINTAA VIEREMÄLLÄ

Löydät ajantasaisen ohjelman Hyvinvoiva Vieremän ja liikuntatoimen somesta sekä kunnan nettisivuilta.



vierema.fi

