

ESIMERKKI VIIKKO-OHJELMA

KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
klo 8-9	Kuntosali			Kuntosali		Kuntosali	Kuntosali
klo 9-10	Kuntosali			Kuntosali		Kuntosali	Kuntosali
klo 10-11							
klo 11-12	Frisbeegolf	Frisbeegolf		frisbeegolf		Frisbeegolf	
klo 12-13	Sup-laudat		Sup-laudat		Sup-laudat	Sup-laudat	
klo 13-14							
klo 14-15							
klo 15-16							
klo 16-17		Sup-laudat		Sup-laudat		Sup-laudat	Frisbeegolf
klo 17-18	Kuntosali, Fisbeegolf	Frisbeegolf	Sup-laudat	Frisbeegolf	Sup-laudat	Frisbeegolf	Sup-laudat
klo 18-19	Sisäsauna		Sisäsauna		Sisäsauna	Kuntosali, Sisäsauna	Kuntosali
klo 19-20				Kuntosali		Kuntosali	Kuntosali
klo 20-21				Kuntosali 19:30-21:00			
	Hallivuoro (esim.sulkis)		Hallivuoro (esim. sulkis)		Hallivuoro (esim. sulkis)	Hallivuoro (esim.suklis)	

Sisäsaunat saatavuuden mukaan.
HUOM!! Ohjelma muuttuu viikoittain saatavuuden mukaan.
Varalan Urheiluopistolla on oikeus muutoksiin.