



RANTAPERKIÖN ISKU

Monipuolista aikuisten harrasteliikuntaa syksyllä 2026



SYYSKAUSI 24.8. - 13.12.2026

***Muutokset mahdollisia!**

MAANANTAI

Muokkaus	Härmälän koulu	18.30-19.25
Kehonhuolto	Härmälän koulu	19.30-20.15

TIISTAI

Pilates	Härmälän koulu	18.00-18.55
TerveSelkä	Härmälän koulu	19.00-19.55

KESKIVIikko

RytmiX®	Rantaperkiön koulutalo	17.30-18.30
Jooga	Talvitien päiväkotikoulu	19.00-20.30

TORSTAI

BodyMuokkaus	Härmälän koulu	17.30-18.25
Zumba®	Härmälän koulu	18.30-19.25

LAUANTAI

Aikuisbaletti	Härmälän koulu	10.15-11.15
---------------	----------------	-------------

SUNNUNTAI

Teematunti	Härmälän koulu	17.00-18.00
------------	----------------	-------------

***EI JOKA VIIKKO**

HINNAT:

Kausikortti 135€ (+25€ jäsenmaksu)

Kausikortti opiskelija, eläkeläinen, työtön 125€ (+25€ jäsenmaksu)

10 x lippuvihko 85€ (+25€ jäsenmaksu)

Kertamaksu 11€

Meillä käy myös E-passi, Smartum, Tyky ja Edenred.

KUNTOLENTOPALLOA AIKUISILLE

TIISTAISIN Peltolammin koululla klo 17.00-19.00

Ensimmäinen tutustumiskerta on ilmainen.

Yhteydenotot: Ari Tuominen / 044 553 1623

**ISKUSSA
VOI HARRASTAA MYÖS
JOUKKUEVOIMISTELUA,
SOVELTAVAA RYTMISTÄ
VOIMISTELUA
JA LENTOPALLOA**

Ilmoittautumisohjeet, lisätiedot ja tuntikuvaukset:

www.rantaperkionisku.com

harrasteliikunta@rantaperkionisku.com / 045 207 5377

