

Elokuinen tervehdys Sykkeestä!

Kauden 2022-2023 viikko-ohjelma jaetaan tänään keskiviikkona 10.8. tuusulalaisiin talouksiin Hyrylässä ja Kellokoskella (ei mainoskielto luukut). Seuraa postiasi!

Voit tulostaa ohjelman myös ao. linkin kautta

<https://syketuusula.fi/ajankohtaista/kauden-2022-2023-ohjelma-on-jukaistu-ja-ilmoittautumiset-4-7-alkaen/>

Toivottavasti olet huomannut, että ilmoittautumiset ovat jo käynnissä. Ryhmissä on vielä tilaa!

Elokuu on tapahtumia täynnä:

* Elokuun Kesäjumppat 25.8. asti. Tiistaina ja torstaina Hyrylässä Uimahallin takanurmella klo 18-19 (sateen sattuessa hallin alakerran liikuntatila) ja keskiviikkona Kellokoskella sairaalan Prinsessa puistossa klo 18-19 (sää varauksella). Jumppamaksu 5€. Avoin myös ei-jäsenille.

* pe 12.8. Tuusulan Taiteiden Yö. Tavoitat meidät K-U Musiikkiopiston Aino-salin pihalta klo 18-20 ”Minä elän-Sykettä sydämiin” pisteeltä. Tule kokeilemaan koko perheen voimin mm. eläinjoogaa ja pariakrobatiaa.

* su 21.8. KuntoJumppa tapahtuma Ilmatorjuntamuseolla klo 13-15. Ohjaajamme Kati Länkelä vetää alkulämmittelyn n. klo 13.20 alkaen ja Kuntojumppa alkaa n. klo 14. Tapahtumassa Sykkeen infopisteessä voit hoitaa ilmoittautumisia ja kausimaksuja.

Tule mukaan, laita seurapaita päälle (jos löytyy).... Sykkeen tai ”90 v. hengessä” Naisvoimistelijoiden!

Linkki lisätietoihin PUUTTU! ☹

* 29.-4.9. valtakunnallinen voimisteluviikko, jolloin pääset tutustumaan tuntivalikoimaamme maksutta. Avoimet ovet ryhmäliikuntatunneille (myös AquaHIIT, HydroBic, jos ryhmissä tilaa) sekä lasten/nuorten tunneille, joissa tilaa! Tarkista ryhmien tilanne ko. viikolla <https://syketuusula.fi/jaseneksi/vapaat-paikat-ryhmissa/>

Muista seurata nettisivuiltamme ajankohtaisia-asioita. Seuraa meitä myös facebookissa ja Instassa

Viikko-ohjelman mukainen kausi käynnistyy ma 29.8.

Tunneilla tavataan

Syke Tuusula