

JORVIN HENKILÖSTÖYHDISTYKSEN JÄSENILLE

KUNTONYRKKELY

Haluatko päästä eroon selkä-, niska-, hartiaseudun vaivoista ja vatsalihakset kuntoon. Tule kanssamme harrastamaan kuntonyrkkeilyä ammattilaisen opastuksella.

Tiistaisin alkaen 13.1.2026 klo: 15.30-17.00 Jorvin väestönsuojassa.

Alkuun pääset yhdistyksen hanskoilla. Mikäli innostut, kannattaa hankkia omat.

Asusteeksi sisäpelikengät ja kevyet sisäurheilu vaatteet, lisäksi suosittelen hankkimaan omat siteet ranteiden tueksi.

Laji sopii niin naisille kuin miehillekin. Sopii myös vasta-alkajille.

Tervetuloa uudet ja vanhat kuntonyrkkeilijät!

Yhdyshenkilö Anna Oksanen p.82220 tai sähköpostilla. Ilmoittautumiset:
jorvinkuntonyrkkeily.nimenhuuto.com

