

Viikko45

Ma 4.11 Fyysinen aktiivisuusluento ruotsinkielellä.
Eric Storrvall klo 18.30 Samlingshusetilla Kruunupyssä.

Ti 5.11 Ulkotreenit aikuisille
Tule kokeilemaan PT Atte Lingdbergin johtamia ulkotreenejä Alavetelin koulun pihalle klo 17-18.
Ennakkoilmoittautuminen vapaa-ajan koordinaattorille.

Ke 6.11 Ruotsalaisuuden päivän juhla
Mukavaa ohjelmaa ruotsinkielellä ja tarjoilua Kruunupyyn kansanopistolla.

To 7.11 Kirjaesittelyä ruotsinkielellä
Kati ja Lena esittelevät kirjauutuuksia Kruunupyyn pääkirjastossa klo 18.

La 9.11 Lasten teatteriesitys ruotsiksi
Sagan om den lilla Fabror Kruunupyyn Samlingshusetilla klo 12. Yhteistyössä Luckanin kanssa.

VoitHyvin

Marraskuu 2019

Viikko 47

Ma 18.11 Terveiden rakennuspalikat -luento
Christer Sundqvist kertoo terveyden eri osa-alueista Teerijärven koulun ruokasalissa klo 18.
Ennakkoilmoittautuminen Kansalaisopistolle, hinta 10€.

Ti 19.11 Antiikkia ruotsinkielellä
Tarkastellaan vanhoja esineitä Christer Lindqvistin johdolla. Kruunupyyn pääkirjastossa klo 18.

Ti 19.11 Heijastinpiilosta
Alavetelin koulun pihalla klo 18. Ota mukaan heijastinliivi.

Ke 20.11 Neulekahvila
Lina Peränevan ohjaamana Alavetelin kirjastossa klo 18.

To 21.11 Naiset ja yrtit -luento ruotsinkielellä
Kruunupyyn kansanopistolla klo 18.
Ennakkoilmoittautuminen kansalaisopistolle hinta, 10€.

To 21.11 Neulekahvila
Teerijärven kirjastossa klo 18.

La 23.11 Perhetemmellys
Vapaata liikkumista ja leikkiä liikuntavälineillä Teerijärven koulun liikuntasalissa klo 10-12. Perheille, joilla on alle ala-asteikäisiä lapsia.

Viikolla 47 voit treenata ilmaiseksi urheiluhallin kuntosalilla.

4H järjestää ilmaisia kiipeilykerhoja kaikenikäisille. Lisätietoa löytyy Botnia 4H facebook sivuilta.

Seuraa meitä instagramissa @kronobykruunupy ja saat päivittäisen hyvinvointivinkin!



#VoiHyvinKruunupy #MåBraKrombi

Viikko 46

Ma 11.11 Bengt Björk Teerijärven kirjastossa
Bengt Björk kertoo uudesta kirjastaan ruotsinkielellä klo 18.

Ti 12.11 Ulkotreenit aikuisille
Tule kokeilemaan PT Atte Lindbergin johtamia ulkotreenejä Adalenin koulun takapihalle klo 17-18.
Ennakkoilmoittautuminen vapaa-ajan koordinaattorille.

Ti 12.11 Heijastinpiilosta
Teerijärven koulun pihalla klo 18. Ota mukaan heijastinliivi.

Ke 13.11 Heijastinpiilosta
Söderbyn koulun pihalla klo 18. Ota mukaan heijastinliivi.

Ke 13.11 Päiväkahvia ja tanssia
Tarjoulu ja tanssia Teerijärven Nuorisotalolla klo 13-16.

To 14.11 Arjen tasapaino -luento ruotsinkielellä
Vinkkejä ja rauhoittumisharjoituksia Sanna Knutarin johdolla Teerijärven kirjastolla klo 18.

La 16.11 Perhetemmellys
Vapaata liikkumista ja leikkiä liikuntavälineillä Alavetelin koulun liikuntasalissa klo 10-12. Perheille, joilla on alle ala-asteikäisiä lapsia.

Viikolla 48 voit ilmaiseksi käydä kokeilemassa kansalaisopiston liikunta-, tanssi- ja yogaryhmiä kuntosalikursseja luukuunottamatta.

Viikko 48

Ma 25.11 Ulkotreenit aikuisille
Tule kokeilemaan PT Atte Lindbergin johtamia ulkotreenejä Teerijärven koulun pihalle klo 17-18.
Ennakkoilmoittautuminen vapaa-ajan koordinaattorille.

Ti 26.11 Heijastinpiilosta
Kruunupyyn koulun pihalla klo 18. Ota mukaan heijastinliivi.

Ke 27.11 Askarteluilta
Joulukortteja, huovutusta, skrappäystä, bujoilua. Omia materiaaleja mukaan. Joitain tarvikkeita löytyy myös paikanpäältä. Kunnantalolla klo 18.

To 28.11 Yogaa ruotsinkielellä.
Kruunupyyn pääkirjastossa klo 18.

La 30.11 Perhetemmellys
Vapaata liikkumista ja leikkiä liikuntavälineillä urheiluhallilla klo 10-12. Perheille, joilla on alle ala-asteikäisiä lapsia.

Osallistu liikuntabingoon ja voita hienoja palkintoja!

