

<b>MIHI-TOIMINTA KUNNITTAIN, kevät 2019 (alkaa viikolla 2)</b>			
Katso ajantasaiset tiedot osoitteesta mihi.fi			
<b>KAARINA</b>			
<b>Maanantai</b>			
klo 17.30-18.30	Nuorten Crossi	Kairiskulmantie 10, 20760 Piispanristi	AnnaSport
klo 17.00-18.30	Kuntosali, omatoimivuoro	Kairiskulmantie 10, 20760 Piispanristi	AnnaSport
<b>Tiistai</b>			
klo 16.00-17.00	Kuntosali, omatoimivuoro	Keskusliikuntapuisto, Viipurintie 32	Kaarinan liikuntapalvelut
<b>Torstai</b>			
klo 16.00-17.30	Kuntosali, omatoimivuoro	Kairiskulmantie 10, 20760 Piispanristi	AnnaSport
klo 16.00-17.00	Kuntosali, omatoimivuoro	Keskusliikuntapuisto, Viipurintie 32	Kaarinan liikuntapalvelut
<b>MASKU</b>			
<b>Tulossa</b>			
<b>LIETO</b>			
<b>Maanantai</b>			
13.00-15.30	Kuntosalin omatoimivuoro	Lietohallin kuntosali (Urheilutie 2)	Liedon liikuntapalvelut
<b>Keskiviikko</b>			
13.00-15.30	Kuntosalin omatoimivuoro	Lietohallin kuntosali (Urheilutie 2)	Liedon liikuntapalvelut
19.30-21.00	Liikuntanuokkari	Ilmaristen koulu (Koulukuja 1)	Ohjaajina kunnan nuorisohjaajat
<b>Torstai</b>			
13.00-15.30	Kuntosalin omatoimivuoro	Lietohallin kuntosali (Urheilutie 2)	Liedon liikuntapalvelut
<b>Perjantai</b>			
13.00-15.30	Kuntosalin omatoimivuoro	Lietohallin kuntosali (Urheilutie 2)	Liedon liikuntapalvelut
14.30-15.45	Peli- ja palloiluvuoro	Lietohalli (Urheilutie 2)	Ohjaajina kunnan liikunnanohjaajat
19.30-21.00*	Liikuntanuokkari	Ilmaristen koulu (Koulukuja 1)	Ohjaajina kunnan nuorisohjaajat
* Joka toinen perjantai, parittomilla viikoilla, 17.1. alkaen			

<b>MYNÄMÄKI</b>			
<b>Maanantai</b>			
15.15-16.15	Showmix-tanssivuoro ohjattu	Vanha yhteiskoulu yläsali, Keskuskatu 19	Mynämäen liikuntatoimi- ja Tanssistudio Point
<b>Tiistai</b>			
18.00-19.00	Pace-kiertoharjoittelu ohjattu *	Mynämäen uimahalli, Virastotie 1	Mynämäen liikuntatoimi ja uimahalli
<b>Keskiviikko</b>			
16.00-17.00	Palloiluvuoro ohjattu **	Laurin koulu, Koulutie 2	Ohjaajana kunnan vapaa-aikaohjaaja
17.00-18.00	Kuntosalivuoro ohjattu **	Mynämäen urheilukeskus, Urheilutie 6	Ohjaajana kunnan vapaa-aikaohjaaja
<b>Torstai</b>			
18.00-19.00	Liikuntanuokkari ohjattu	Tavastilan koulun liikuntasali, Tavastilantie 1	Ohjaajana kunnan nuoriso-ohjaaja
<b>Perjantai</b>			
14.00-15.00	Pace-kiertoharjoittelu ohjattu *	Mynämäen uimahalli, Virastotie 1	Mynämäen liikuntatoimi ja uimahalli
17.00-18.00	Uintivuoro valvottu	Mynämäen uimahalli, Virastotie 1	Mynämäen liikuntatoimi ja uimahalli
18.00-19.00	Pace-kiertoharjoittelu ohjattu *	Mynämäen uimahalli, Virastotie 1	Mynämäen liikuntatoimi ja uimahalli
* Pace-kiertoharjoitteluun nuori pääsee mukaan maksavan aikuisen kanssa. Ennakkoilmoittautuminen uimahalliin			
** Vuorot ovat käytettävissä tuleville varusmiehille, jotka ovat mukana TIME OUT-toiminnassa.			

<b>TURKU</b>			
<b>Maanantai</b>			
15.30–16.30	Kuntosali	Kupittaa urheiluhalli, Tahkonkuja 5	Liikuntapalvelukeskus (käynti keilahallin kautta)
16.00–19.00	Kuntosali	Pansion kuntosali, Pernontie 16, 20200 TKU	Liikuntapalvelukeskus
16.00–17.15	Futsal	Runosmäen nuorisotalo, Piiparinpolku 13	TuKV
16.30–17.30	Keilailu	Kupittaa keilahalli, Tahkonkuja 5	Keilailuliitto
17.00–18.00	Taekwondo (13-14v.)	Kamppailukeskus Budokwai, Uhrilähteenkatu 2	Budokwai Turku
19.00–20.00	Capoeira	Snellmanin koulu, Koulukatu 8	TUKV
20.00–21.00	Lacrosse/Rugby (molemmilla puolikas kenttä!)	Impivaaran jalkapallohalli, Eskonkatu 1	Titans/Eagles
<b>Tiistai</b>			
16.00–18.00	Koripallo tytöt	Varissuon koulu, Kuopuksenpolku 1	TUNMKY
17.00–18.00	Brasilialainen Jujutsu	Kamppailuareena, Siutlankatu 1	Turun jujutsuseura ry
18.00–20.00	Koripallo pojat	Varissuon koulu, Kuopuksenpolku 1	TUNMKY
18.30–20.00	Paini	Liikuntakeskus Alfa, Raunistulantie 15	Turun Painijat
17.00–18.15	Kuntonyrkkeily	Artturinkatu 2 E	Cardio Combat Turku ry
<b>Keskiviikko</b>			
15.30–16.30	Kuntosali	Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4	Liikuntapalvelukeskus
16.30–17.30	Keilailu	Kupittaa keilahalli, Tahkonkuja 5	TuWe
17.00–17.45	DanceMix (13-15 v.)	Energym, Vähäheikkiläntie 56 C	TNV
18.00–19.00	Futsal	Turun Lyseo, Varusmestarin tie 19	TuKV
19.00–20.00	Futsal	Pansion koulu, Pernontie 29	Sportbalance Turku
19.30–21.00	Capoeira	Snellmanin koulu, Koulukatu 8	Grupo Capossu
<b>Torstai</b>			
16.00–17.00	Parkour	Parkour Sali, Helsinginkatu 21	Parkour Akatemia
17.30–18.30	Biljardi	Galaxie Center, Eerikinkatu 30	TsPool
18.00–19.00	Judo	Liikuntakeskus Alfa, Raunistulantie 15	Turun Judoseura ry
19.30–20.45	Taekwondo (15-19v.)	Kamppailukeskus Budokwai, Uhrilähteenkatu 2	Budokwai Turku

<b>Perjantai</b>			
15.00-18.00	Kuntosali	Pansion kuntosali, Pernontie 16, 20200 TKU	Liikuntapalvelukeskus
15.00-17.00	Uinti	Impivaaran uimahalli, Uimahallinpolku 4	ASK
17.30-19.00	Paini	Liikuntakeskus Alfa, Raunistulantie 15	Turun Painijat
21.00-22.00	Baseball	Impivaaran jalkapallohalli, Eskonkatu 1	Turku Black Sox Baseball
<b>Lauantai</b>			
13.00-15.00	Skeittailu	Skeittihalli Cube, Ruissalontie 37-39	Nuorisopalvelut
14.00-15.00	Kuntosali	Uittamon kuntosali, Kannuskatu 5	Uittamon uimahallin kuntosali (mahdollisuus laiteopastukseen)
<b>Sunnuntai</b>			
9.55-11.00	Easyhockey (12-15v.)	Impivaaran jäähalli, Eskonkatu 1	TPS juniorijääkiekko 5.1.-22.3.
12.00-13.00	Jalkapallo (13-15v.)	Impivaaran jalkapallohalli, Eskonkatu 1	TUNL
		(Ohjaaja noutaa pääovista oikealla puolella sijaitsevan infotaulun luota)	
<b>Yhteistyössä:</b>			
Turun kaupungin vapaa- ja sivistystoimiala,			
Budokwai Taekwondo team Turku, Bouldertehdas, Eagles Rugby,			
Grupo Capossu, Maarian Mahti, Turun Judoseura, Tspool ry,			
TPS juniorijalkapallo, TPS juniorijääkiekko, Turun Kisaveikot, Turun Nappulaliiga, Turun Painijat			
Turun naisvoimistelijat, Turun NMKY, Turku Black Sox Baseball, Turku Titans, Turun Toverit, Turun Urheiluliitto, Turun Weikot, Uittamon kuntosali, Åbo Simklubb.			
<b>HOX!</b>			
<b>Mihin Höntsävuorot</b>			
<b>Kerää kaveriporukka</b>			
<b>Varaa maksuton vuoro</b>			
<b>Liiku kavereiden kanssa</b>			
<b>Kysy lisää:</b>	Jorma Fisk, 050 5546250		
<b>Omatoimivuorot</b>			
Maanantai	Parkour	Lähtö Tuomiokirkolta klo 18	
Luistelua talvella arkisin ma, ke ja pe klo 17-20, viikonloppuisin klo 10-18 (välineet maksutta näinä aikoina), Tahkonkuja 5			
Hiihtoa talvella alk. viikolla 2 viikonloppuisin klo 11-15 ja tiistaisin helmikuun alusta klo 17-20 (välineet maksutta näinä aikoina), Eskonkatu 1 Maarian Mahti			

<b>NAANTALI</b>			
<b>Keskiviikko</b>			
14.00-15.00	Monilajiklubi	Suopellonkoulu, Rimpikuja 4	Naantalin liikuntapalvelut
*vkot 2-19, ilmoittautuminen liikkuvanaantali.fi			
<b>PAIMIO</b>			
<b>Maanantai</b>			
15.00-17.00	Kuntosali- ja uinti-omatoimivuoro*	Uimahalli Solina, Vistantie 31-35	Paimion liikuntapalvelut ja uimahalli Solina
<b>Tiistai</b>			
7.00-7.40	Vesivoimistelu (ohjattu/kaikille avoin)	Uimahalli Solina, Vistantie 31-35	Paimion liikuntapalvelut ja uimahalli Solina
15.00-17.00	Kuntosali- ja uinti-omatoimivuoro*	Uimahalli Solina, Vistantie 31-35	Paimion liikuntapalvelut ja uimahalli Solina
<b>Keskiviikko</b>			
15.00-17.00	Kuntosali- ja uinti-omatoimivuoro*	Uimahalli Solina, Vistantie 31-35	Paimion liikuntapalvelut ja uimahalli Solina
<b>Torstai</b>			
7.45-8.30	Kuntosali*	Uimahalli Solina, Vistantie 31-35	Paimion liikuntapalvelut
15.00-17.00	Kuntosali- ja uinti-omatoimivuoro	Uimahalli Solina, Vistantie 31-35	Paimion liikuntapalvelut ja uimahalli Solina
<b>Perjantai</b>			
15.00-17.00	Kuntosali- ja uinti-omatoimivuoro*	Uimahalli Solina, Vistantie 31-35	Paimion liikuntapalvelut ja uimahalli Solina
*kuntosalin ikäraja 14 vuotta			
<b>RAISIO</b>			
<b>Maanantai</b>			
15.00-16.00	Futsal/jalkapallo	Wanha Kauppi, Liikuntasali, Kreetankuja 6	Raision liikunta- ja nuorisopalvelut
<b>Tiistai</b>			
15.30-16.30	Liikuntanuokkari	Wanhan kauppi, Liikuntasali, Kreetankuja 6	Raision liikunta- ja nuorisopalvelut
<b>Keskiviikko</b>			
18.00-19.30	Sähly	Vaisaaren koulun Sali, Juhaninkuja 4	Raision liikunta- ja nuorisopalvelut
<b>Torstai</b>			
17.30-18.30	Liikuntanuokkari	Wanha Kauppi, Liikuntasali, Kreetankuja 6	Raision liikunta- ja nuorisopalvelut

<b>NOUSIAINEN</b>			
13.1.alkaen.			
<b>Maanantai</b>			
17.15-18.30	Kuntosalicircuit tytöille	Kuntosali, Kaitaraistentie 176	Nousiaisten liikuntapalvelut
18.30-20.00	Kuntosalicircuit tytöille	Kuntosali, Kaitaraistentie 176	Nousiaisten liikuntapalvelut
18.00-19.00	Kuntorykkeily	Henrikin koulun sali, Moisiontie 16	Nousiaisten liikuntapalvelut
20.00-22.00	Harrastesähly pojille	Nummen koulun sali, Koulutie 4	Nousiaisten liikuntapalvelut
<b>Tiistai</b>			
19.30-20.30	Circuit-kuntopiiri	Nummen koulun Sali, Koulutie 4	Nousiaisten liikuntapalvelut
<b>Keskiviikko</b>			
12.30-16.30	Kuntosalineuvontaa*	Kuntosali, Kaitaraistentie 176	Nousiaisten liikuntapalvelut
15.00-16.30	Kuntosali	Kuntosali, Kaitaraistentie 176	Nousiaisten liikuntapalvelut
18.00-19.00	Kiinteytysjumppa	Henrikin koulun sali, Moisiontie 16	Nousiaisten liikuntapalvelut
19.00-20.00	Kehonhuolto	Henrikin koulun sali, Moisiontie 16	Nousiaisten liikuntapalvelut
20.00-22.00	Lentopallon sekavuoro	Nummen koulun Sali, Koulutie 4	Nousiaisten liikuntapalvelut
<b>Torstai</b>			
18.00-19.15	Kuntosalicircuit pojille	Kuntosali, Kaitaraistentie 176	Nousiaisten liikuntapalvelut
19.00-20.00	Movement	Kirkonpiirin koulu, Vahdontie 52	Nousiaisten liikuntapalvelut
<b>Perjantai</b>			
18.00-22.00	Sulkapallovuoro	Nummen koulun Sali, Koulutie 4	Nousiaisten liikuntapalvelut
18.00-20.30	Futsal	Henrikin koulun sali, Moisiontie 16	Nousiaisten liikuntapalvelut
<b>Lauantai</b>			
8.00-10.30	Kuntosali	Kuntosali, Kaitaraistentie 176	Nousiaisten liikuntapalvelut
<b>Sunnuntai</b>			
18.00-19.00	Kuntojumppa	Henrikin koulun sali, Moisiontie 16	Nousiaisten liikuntapalvelut
18.00-19.30	Harrastesähly	Kirkonpiirin koulu, Vahdontie 52	Nousiaisten liikuntapalvelut
* Personal trainer Lasse Engblom neuvoo ja opastaa maksutta sailla			

<b>RUSKO</b>			
<b>Tiistai</b>			
15.00-16.00	Kuntosali	Talkootie 3, Rusko	Ruskon liikuntapalvelut
<b>SAUVO</b>			
<b>Tiistai</b>			
14.45-15.45	Säbä (3-6-luokkalaiset)	Sauvon koulukeskuksen liikuntasali, Saustilantie 10, Sauvo	Sauvon nuorisotoiminta
16.00-17.00	Säbä (7-9-luokkalaiset)	Sauvon koulukeskuksen liikuntasali, Saustilantie 10, Sauvo	Sauvon nuorisotoiminta