

Palokan ILO-uutiset

*Palokan Ilo, voimistelu ja liikunta ry
Uutiskirje Tammikuu 2021*

**Katso vapaat paikat
hakukoneella ja
ilmoittaudu mukaan!**

**TALVILOMALLA
TOIMINTAA LAPSILLE
PÄIVÄLEIREILLÄ**

**Aikuisten
hiihtokoulussa
tukea tekniikkaan**

**Tilaa uudet seuratuotteet
ja tue seuraa**



PALOKAN ILO

Seuratuotetilaus

Kaikille lapsille, jotka kuuluvat kerran viikossa
kokoontuvaan harrasteryhmään
seurapaita kuuluu harrastemaksun hintaan.
Valitse paidan koko klikkaamalla lomakkeeseen.

Samalla lomakkeella voi tilata myös muita seuratuotteita.
Kannattaa katsoa lista läpi ja hankkia edulliset uutuudet.
Samalla tuet seuraa tiukassa taloustilanteessa.





ILO TALVILOMA- LEIRI

**1.-2.3.2021
klo 10-15
Keski-Palokka**

Hinta 39 €

(+jäsenmaksu 2021 15€)

SISÄLTÄÄ LÄMPIMÄN RUOAN

palokanilo.fi/iloleiri

OHJELMASSA
TRAMPPATEMPPUJA
KISAILUJA
PALLOPELEJÄ
ULKOILUA



ILO VOIMISTELU- LEIRI

3.-4.3.2021
klo 10-15
Keski-Palokka

TULE KOKEILEMAAN ERI VOIMISTELULAJEJA

Hinta 39 €

(+jäsenmaksu 2021 15€)

SISÄLTÄÄ LÄMPIMÄN RUOAN

palokanilo.fi/iloleiri

OHJELMASSA

Akrobatiavoimistelua

Joukkuevoimistelua

Rytmistä voimistelua

Tanssillista voimistelua

KATSO VAPAAT PAIKAT HARRASTERYHMISSÄ

**KLIKKAA
HAKU-
KONEESEEN**



LIIKUNTA-
LEIKKIKOULU

**FREE
GYM**



PALOKAN ILON HIIHTOKOULU HELMIKUUSSA

Lauantaisin

6.-20.2.2021 klo 15

Touruvuorella, lähtö Raivaajantie 109

Mukaan kevään korteilla tai kertamaksulla 5€/krt.

Paikkavaraukset ja lisätiedot

annika@palokanilo.fi tai 050-4530200.

Yhteinen lämmittely, tekniikkaosio vapaa /
perinteinen ja lopuksi lenkki omaan tahtiin.

ILO LIIKKUU ULKONA JA NETISSÄ

RAJOITUSAJAN RAJATON KORTTI

18.1.-28.2. 35/40€

- Kaikki ulkojummat 18.1.-28.2. (erikseen 20€)
- Nettimateriaalit koko vuodeksi 2021 (erikseen 20€)
- Pumppisetin kotiin lainaan (erikseen 10€/2vkoa)

Jäsenmaksu 2021 15€

Maanantai:

Crosstraining 16.30-17.30 Palokan koulun piha

Tiistai:

Lihaskunto 16.30-17.15 Mankola koulun piha

Keskiviikko:

Kunto 10.30-11.30 Palokan liikuntahallin piha

Kuula 18.00-19.00 Keski-Palokan koulun piha

Torstai:

PowerMethod 18.30-19.30 Jokelan koulun piha

Sunnuntai:

Kunto 17.00-18.00 Keski-Palokan koulun piha

Katso mahdolliset muutokset palokanilo.fi



ILO JUMPPAA KOTONA

Nettisivu pullollaan materiaaleja
ja uusia jumppia viikoittain!

Materiaalit vuodeksi 2021 vain 20€ (+jäsenmaksu 15€)

TUKEA HARRASTAMISEEN

*Lasten ja nuorten liikuttamiseksi on jaettu 635,70€.
Tukihakemuksia tuli kahdeksan kappaletta, joista
viidelle myönnettiin avustusta harrastemaksuihin.
Seuraava haku on syksyllä 2021.*

Kiitos toiminnan ja stipendirahaston tukemisesta

*Lions Club Palokka ja
Lions Club Palokka Wilma*

palokanilo.fi/harrastestipendit

