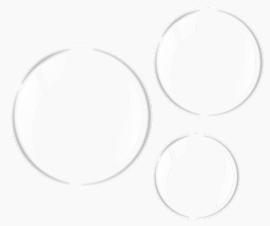




# ILOn kesä-23



*ILOn liikkuu kesälläkin!  
Kokeile maksutta ja hyppää  
mukaan milloin tahansa.  
Valitse sopiva kortti tai  
osallistu kertamaksulla.*

## MAANANTAI

11:00-12:00  
**Puistojooga**  
Luhtisen puisto

18:30-19:30  
**Pumppi**  
Palokan liikuntahalli

## TIISTAI

16:30-17:30  
**Pilates alkeet**  
Pilke päiväkoti  
6.6.-20.6.

17:30-18:30  
**Kahvakuula**  
Keski-Palokan piha

19:00-20:00  
**Puistojumppa**  
Alban ranta

## KESKIVIikko

10:00-11:00  
**AamuRyhti**  
Palokan Liikuntahalli

18:00-19:00  
**Puistojumppa**  
Priimuksen piha

18:00-19:00  
**Puistojumppa**  
Alban ranta

## TORSTAI

18:45-19:30  
**Army**  
Mankola

## PERJANTAI

17:00-18:00  
**Shindo®**  
Pilke päiväkoti  
2.6.-19.6.

## LAUANTAI

10:00-11:00  
**PerheGym**  
Keski-Palokka  
Tauko 23.6.-29.7.

## SUNNUNTAI

18:00-18:45  
**TanssiMix**  
Keski-Palokka

18:45-19:30  
**Peppuvatsa**  
Keski-Palokka

*Kalenteri voimassa*

*1.6.-13.8.2023*

*Muutokset mahdollisia, katso  
palokanilo.fi/aikuisten-kalenteri*

TÄLLÄ SETELILLÄ IHAN ILMAINEN  
Kokeilu!



**MIHIN VAAN  
TREENIIN**



WWW.PALOKANILO.FI