

ETÄJUMPILLA TOIMINTAKYKY VIRKEÄKSI!

klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
8.30			Hemmagympa på svenska YLE FEM areena.yle.fi/1-50576755		
8.50	Jumppahetki TV 2 areena.yle.fi/1-50625795	Jumppahetki TV 2 areena.yle.fi/1-50625783	Jumppahetki TV 2 areena.yle.fi/1-50625785	Jumppahetki TV 2 areena.yle.fi/1-50625789	Jumppahetki TV 2 areena.yle.fi/1-50625781
10-11	Motion och kultur för de äldre på svenska kotitv.fi/				Motion och kultur för de äldre på svenska kotitv.fi/
11-13	Liikunta- ja muistikuntoutusta klo 11-12. Kulttuuria ja opetuksellista sisältöä klo 12-13 kotitv.fi/	Liikunta- ja muistikuntoutusta klo 11-12. Kulttuuria ja opetuksellista sisältöä klo 12-13 kotitv.fi/	Liikunta- ja muistikuntoutusta klo 11-12. Kulttuuria ja opetuksellista sisältöä klo 12-13 kotitv.fi/	Liikunta- ja muistikuntoutusta klo 11-12. Kulttuuria ja opetuksellista sisältöä klo 12-13 kotitv.fi/	Liikunta- ja muistikuntoutusta klo 11-12. Kulttuuria ja opetuksellista sisältöä klo 12-13 kotitv.fi/
13-14					
14		TULE -tietokeskuksen taukojumppa facebook.com/tuletietokeskus/			

- Ikäinstituutin Voimaa vanhuuteen -jumppavideot ja ohjelmat: voitas.fi/
- TULE-tietokeskuksen monipuolisia etäjumppia sekä luentoja: tule.fi/teemapaivat/
- Turku Liikkeelle: turku.fi/kulttuuri-ja-liikunta/liikunta/liikkeelle-netissa ja Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilun Youtube -kanavalla Wertaisweska -jumpat
- Relaxionin jumppavideot: relaxion.fi/videokirjasto/

Tietoa Kaarinan omista etäjumpista sekä liikuntaneuvonnasta,
kaarina.fi/fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/liikunta/opastusta-ja-neuvontaa-liikuntaan-ja-hyvinvointiin