



## Elo-syyskuussa maksuttomia jumppia useissa ulkoliikuntapaikoissa

**Tiedote**      **7.8.2024 12:42**

Loppukesän liikuntatarjonta koostuu avovesi-, puisto- ja ulkokuntosalijumpista, porrastreeneistä sekä ikäihmisten liikunnasta.

Imatran kaupungin liikuntapalvelut järjestää elo-syyskuussa maksutonta ohjattua liikuntaa. Ohjatut liikuntaryhmät alkavat 21.8.

– Ulkokuntosalijumppa ja porrastreeneit tehdään Ukonniemen urheilukentällä, ja avovedessä jumpataan Varpalahdessa. Puistojumppien paikka vaihtelee, kertoo liikunnanohjaaja ja uinninvalvoja **Juuso Havia** Imatran kaupungilta.

Ikäihmisten liikuntaan on mahdollisuus osallistua Ukonniemen pesäpallostadionilla keskiviikkoiltapäivisin.

Elo-syyskuun ryhmiin ei tarvitse ilmoittautua, ja jumpat ovat maksuttomia.

### Lisätietoja:

Imatran kaupungin liikuntapalvelut, p. 020 617 7295 (29. alkaen)

[Liikuntapalvelut](#)

## Elo-syyskuun ohjattu liikunta

### Vesijumpat avovedessä 21.8.–6.9.

- maanantai kello 13.15–13.45, Varpalahti, uimahallin laituri
- torstai kello 13.00–13.30, Varpalahti

### Puistojumpat 21.8.–6.9.

- maanantai kello 12.00–12.45, Koskipuisto
- tiistai kello 12.00–12.45, Urheilutalon liikuntapuisto / reipas
- keskiviikko kello 12.00–12.45, Lietteen uimaranta
- torstai kello 12.00–12.45, Urheilutalon liikuntapuisto

### Ulkokuntosalijumpat / kiertoharjoittelua laitteilla 21.8.–6.9.

- maanantai kello 16.30–17.15, Ukonniemen urheilukenttä

### Porrastreenit 21.8.–6.9.

- keskiviikko kello 16.30–17.15, Ukonniemen urheilukenttä

### Ikäihmisten liikunta

- keskiviikkoisin 8.5–19.10. kello 13.00–14.00, Ukonniemen pesäpallostadion

[Ohjattu liikunta](#)