

**MAANANTAI**

**Yleisöluistelu**  
Klo 10.15–11.30  
Tesoman jäähalli  
11–29-vuotiaille

**Yleisöluistelu**  
Klo 13.00–14.00  
Hervannan jäähalli, halli 2  
11–29-vuotiaille

**Keilaus**  
Klo 14.30–15.30 ja  
16.30–17.30  
Kaupin keilahalli  
7–20-vuotiaille

**Nuorten kuntosali**  
Klo 15.30–16.30  
Kaukajärven vapaa-aikatalo  
15–29-vuotiaille

**Nuorten kuntosali**  
Klo 15.30–16.30  
Tampereen uintikeskus  
15–29-vuotiaille

**Sähly**  
Klo 16.30–17.30  
Tesoman palloiluhalli,  
kenttä 1  
15–29-vuotiaille

**Showtanssi**  
Klo 17.00–18.00  
Näëshalli liikuntasali  
13–29-vuotiaille

**TIISTAI**

**Yleisöluistelu**  
Klo 10.15–11.30  
Tesoman jäähalli  
11–29-vuotiaille

**Yleisöluistelu**  
Klo 13.00–14.00  
Hervannan jäähalli, halli 2  
11–29-vuotiaille

**Nuorten kuntosali**  
Klo 15.30–16.30  
Tampereen uintikeskus  
15–29-vuotiaat

**Sulkapallo**  
Klo 16.00–17.00  
Syssyn Sulkis  
11–29-vuotiaille

**Sirkus**  
Klo 16.00–19.00  
Kulttuurikeskus Kuivaamo,  
Hiedanranta  
Kaikille avoin  
Järjestäjä Sirkus Faktori

**Kiipeilyseinä**  
Klo 15.00–17.00  
Hämeenpuisto 14 F  
Tampereen NMKY  
Kaikille avoin  
HUOM! Joka kuun  
viimeinen tiistai.  
Alkamisajankohta viivästyy re-  
montin takia.

**Lentopallo**  
klo 18.00–19.00  
**HUOM! 9.10 asti**  
Kaarilan koulun liikuntasali  
15–29-vuotiaille

**KESKIVIIKKO**

**Yleisöluistelu**  
Klo 10.15–11.30  
Tesoman jäähalli  
11–29-vuotiaille

**Yleisöluistelu**  
Klo 12.45–13.45  
Hervannan jäähalli, halli 2  
11–29-vuotiaille

**Nuorten kuntosali**  
Klo 15.30–16.30  
Hervannan  
vapaa-aikakeskus  
15–29-vuotiaille

**Nuorten kuntosali**  
Klo 15.30–16.30  
Tampereen uintikeskus  
15–29-vuotiaat

**Circuit**  
Klo 15.30–16.30  
Tampereen Stadion, 2 Sali  
15–29-vuotiaille

**Pingis**  
Klo 16.00–17.00  
Näëshalli, harjoituskenttä  
15–29-vuotiaille

**Sähly**  
Klo 16.00–17.00  
AutoCenter Areena,  
kenttä 1  
15–29-vuotiaille

**Juoksukoulu**  
Klo 18.00 - 19.00  
Eteläpuisto (lähtö Tönöltä!)  
13–29-vuotiaille

**TORSTAI**

**Yleisöluistelu**  
Klo 10.15–11.30  
Tesoman jäähalli  
11–29-vuotiaille

**Yleisöluistelu**  
Klo 11.45–12.45  
Hervannan jäähalli, halli 1  
11–29-vuotiaille

**Koripallo**  
Klo 15.00–16.00  
Hämeenpuisto 14 F  
Tampereen NMKY  
15–29-vuotiaille

**Parkour**  
Klo 15.30–16.30  
**HUOM! Alkaa 13.9**  
Tampereen Stadion, 6 Sali  
11–13-vuotiaille

**Kuntonyrkkeily**  
Klo 16.00–17.00  
Näëshalli, liikuntasali  
13–29-vuotiaille

**Tyttöjen kuntosali**  
Klo 16.30–17.45  
**HUOM! Alkaa 13.9**  
Tampereen Stadion

**Jooga**  
Klo 18.00–19.00  
Tampereen Stadion, Sali 1  
13–29 -vuotiaille

**PERJANTAI**

**Yleisöluistelu**  
Klo 10.15–11.30  
Tesoman jäähalli  
11–29-vuotiaille

**Yleisöluistelu**  
Klo 12.45–13.45  
Hervannan jäähalli, halli 2  
11–29-vuotiaille

**Keilaus**  
Klo 14.30–16.30  
Kaupin keilahalli  
7–20-vuotiaille

**Kiipeilyseinä**  
Klo 15.00–17.00  
Hämeenpuisto 14 F  
Tampereen NMKY  
Kaikille avoin  
**HUOM!** Joka kuun  
viimeinen perjantai.  
Alkamisajankohta viivästyy re-  
montin takia

**Omatoiminen kuntosali**  
Klo 15.15–16.15  
Tesoman palloiluhallin kuntosali  
15–29-vuotiaille

**LISÄTIETOJA:**

Tuomo Sipinen  
Nuorten liikunnanohjaaja  
p. 040 188 1589

Anne Lahtinen  
Johtava liikunnanohjaaja  
p. 050 554 5874

Sähköpostiosoite on muotoa  
etunimi.sukunimi@tampere.fi

[www.nuortentampere.fi/harrasta](http://www.nuortentampere.fi/harrasta)



# MAKSUTTOMAT NUORTEN TREENIT

## SYKSY 2018

### 27.8. - 16.12.