

Lapset, nuoret ja perheet

kausi 2025-2026

Maanantai

**Liikunnalliset leikit
ja pelit 0.-2. lk**
klo 15.00-16.00
Nuokkarin liikuntasali

Salibandy 7.-9.lk
klo 16.00-17.00
Nuokkarin liikuntasali

Lastentanssi 4-6v
klo 17.30-18.15
Nuokkarin
liikuntasali

Lastentanssi 7-9v
klo 18.15-19.00
Nuokkarin
liikuntasali

Dancemix 9-13v
klo 19.00-20.00
Nuokkarin
liikuntasali

Tiistai

Lajikokeilut 9.lk
klo 15.00-16.00
Nuokkarin liikuntasali
2.12.-3.2.

Keskiviikko

Kuntosali 5.-6. lk
klo 14.00-15.00
Nuokkarin liikuntasali

Heppakerho 1.-9.lk
klo 15.30-18.00
Ahingon tila

**Kuntotreenit
7.lk-toinen aste**
klo 15.30-16.30
Nuokkarin liikuntasali

**Kepparikerho
1.-7.lk**
klo 16.00-17.00
Nuokkarin liikuntasali

**Kiekkokerho
10-15 vuotiaalle**
klo 17.00-18.00
Utajärven jäähalli

Torstai

**Liikuntakerho
1.-3.lk**
klo 14.00-15.00
Nuokkarin
liikuntasali

Kuntosali 7.-9.lk
klo 15.00-16.00
Fysio-center

Lentopallo 4.-6.lk
klo 15.00-16.00
Nuokkarin liikuntasali

Koripallo 6.-9.lk
klo 16.00-17.00
Nuokkarin liikuntasali

Perjantai

**Futsal ja palloilu
3.-5.lk**
klo 15.00-16.00
Nuokkarin liikuntasali

Lauantai

**Perheliikka
klo 9.30-11.00**
Nuokkarin liikuntasali
10.1., 7.2., 11.4. ja
9.5.



Harrastamisen
Suomen malli



Oulujokiopisto



4H



Liikuntapalvelut



Utajärven Urheilijat



Lisätietoja ryhmien toiminnasta antavat:



**HARRASTAMISEN
SUOMEN MALLI**

Nuorisopalvelut: Eija Körkkö, eija.korkko@utajarvi.fi / 040 648 6103
Liikuntapalvelut: Joanna Katajisto / joanna.katajisto@utajarvi.fi / 040 183 9456



Raili Kokko, utajarvi@4h.fi / 040 094 5207



Joanna Katajisto, joanna.katajisto@utajarvi.fi / 040 183 9456



opisto@muhos.fi / 044 497 0011

