

Työikäiset

Maanantai

Kuntopiiri
klo 18.00-19.00
Kylätalo Katajisto
Ahmasjärventie 2

Jooga
klo 18.00-19.30
(7.9.-30.11. &
11.1.-12.4.2027)
Keisarintien
päiväkot
Kirkkotie 13

Harrastekiekko
klo 19.00-20.00
Jäähalli
Koulutie 10

Tiistai

**Työttömien
kuntosalivuoro**
klo 15.00-16.00
Nuokkarin kuntosali
Koulutie 8

**Tanssijumppa
Ahmas**
klo 17.30-18.30
(1.9.-24.11.2026 &
12.1.-6.4.2027)
Kylätalo Katajisto
Ahmasjärventie 2

Keskiviikko

**Aikuisten
kuntotreenit**
klo 17.30-18.30
Nuokkarin
liikuntasali
Koulutie 8

**Naisten avoin
lentopallo**
klo 18.30-20.00
Nuokkarin
liikuntasali
Koulutie 8

**Taekwon-Do
perus ja jatko**
klo 18.30-20.00
(2.9.-16.12.2026 &
13.1.-28.4.2027)
Nuokkarin
liikuntasali
Koulutie 8

Torstai

Allasjumppa
klo 13.00-13.45
Rokua health & spa
3.9-19.11.2026
(ei 8.10. ja 22.10.)
Kuntoraitti 2

**Miesten avoin
lentopallo**
klo 18.30-20.00
Nuokkarin
liikuntasali
Koulutie 8

**Kantririvitanssi
kurssi**
klo 17.30-18.30
(3.9.-10.12.2026)
Keisarintien
päiväkot
Kirkkotie 13

**Kuntosalin
starttikurssi**
klo 17.00-18.00
Nuokkarin kuntosali
1.10.-15.10.
Koulutie 8

Perjantai

**Salibandy
sekavuoro**
klo 17.00-18.30
Nuokkarin
liikuntasali
Koulutie 8

Höntsäkiekko
klo 18.00-19.00
Jäähalli
Koulutie 10

**Nestorit
+45 v /
vähemmän
jäähiekkoa
pelanneet**
klo 18.00-19.00
Jäähalli
Koulutie 10

Liikuntapalvelut

Oulujoki-Opisto

Utajärven Urheilijat



Lisätietoja ryhmien toiminnasta antavat:



Liikuntapalvelut:

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



Oulujoki-Opisto:

opistopalvelut.fi/oulujoki / 044 497 0011



Utajärven Urheilijat:

Hannu Pilto / 044 497 0011



Kalenterin tiedot ovat painohetken mukaiset. Mahdolliset muutokset ja ajantasaiset tiedot saat ryhmien järjestäjiltä.