

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Pankkarin liikuntasali lohko 1/3**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
08:00		<b>09:25 – 10:35</b>			<b>*08:30 – 11:30</b>		
09:00		Lukio / URA			Perhekeskus Kerkkä / Pomppula		
10:00		<b>10:35 – 12:00</b>			30.8., 27.9., 25.10., 29.11., 31.1., 28.2., 28.3., 25.4. ja 30.5.		
11:00		Äki liikkeessä / Ilona ry, mielenterv	<b>10:45 – 11:45</b>				
11:30			Lukio / URA				
12:00						<b>12:00 – 13:00</b>	
12:30		<b>12:30 – 14:00</b>		<b>12:25 – 13:35</b>		Huima / Korip., miehet	
13:00		Äki liikkeessä / Kuntouttava työtoim.	<b>13:00 – 15:00</b>		<b>13:00 – 15:00</b>		
13:45			Äki kaupunki / Erli Ikäihmisten omatoimilento		Äki kaupunki / Erli Ikäihmisten omatoimilento		
14:00							
14:30							
15:00	<b>15:00 – 17:00</b>						
15:30	Äänekosken						
16:00	kaupungin	<b>16:00– 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>		
16:30	henkilökuntavuoro	Huima / Junnukoris Minipojat13	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Junnukoris, MU14		
17:00							
17:30	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>		
18:00	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris MU14	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Koripallo, miehet		
18:30							
19:00	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>		
19:30	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris WU19	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris WU19	Huima / Junnukoris MU19		
20:00							
20:30	<b>20:30 – 21:30</b>			<b>20:15 – 21:15</b>			
21:00	Huima /			Desipelit / Salibandy, naiset (1/3)			
21:30	Harrastekoripallo						

\*Pe klo 8.30-11:30 Perhekeskus Kerkkä / Pomppula 30.8., 27.9., 25.10., 29.11., 31.1., 28.2., 28.3., 25.4. ja 30.5.

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Pankkarin liikuntasali lohko 2/3**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
08:00		<b>09:25 – 10:35</b>			<b>*08:30 – 11:30</b>		
09:00		Lukio / URA			Perhekeskus Kerkkä / Pomppula		
10:00		<b>10:35 – 12:00</b>			30.8., 27.9., 25.10., 29.11., 31.1., 28.2., 28.3., 25.4. ja 30.5.		
11:00		Äki liikkeessä / Ilona ry, mielenterv.	<b>10:45 – 11:45</b>				
11:30			Lukio / URA				
12:00						<b>12:00 – 13:00</b>	
12:30		<b>12:30 – 14:00</b>		<b>12:25 – 13:35</b>		Huima / Korip., miehet	
13:00		Äki liikkeessä / Kuntouttava työtoim.	<b>13:00 – 15:00</b>		<b>13:00 – 15:00</b>		
13:45			Äki kaupunki / Erli Ikäihmisten omatoimilento		Äki kaupunki / Erli Ikäihmisten omatoimilento		
14:00							
14:30							
15:00	<b>15:00 – 17:00</b>						
15:30	Äänekosken						
16:00	kaupungin	<b>16:00– 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>		
16:30	henkilökuntavuoro	Huima / Junnukoris Minipojat13	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Junnukoris, MU14		
17:00							
17:30	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>		
18:00	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris MU14	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Koripallo, miehet		
18:30							
19:00	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>		
19:30	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris WU19	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris WU19	Huima / Junnukoris MU19		
20:00							
20:30	<b>20:30 – 21:30</b>						
21:00	Huima /						
21:30	Harrastekoripallo						

\*Pe klo 8.30-11:30 Perhekeskus Kerkkä / Pomppula 30.8., 27.9., 25.10., 29.11., 31.1., 28.2., 28.3., 25.4. ja 30.5.

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Pankkarin liikuntasali lohko 3/3**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
08:00		<b>09:25 – 10:35</b>			<b>*08:30 – 11:30</b>		
09:00		Lukio / URA			Perhekeskus Kerkkä / Pomppula		
10:00		<b>10:35 – 12:00</b>			30.8., 27.9., 25.10., 29.11., 31.1., 28.2., 28.3., 25.4. ja 30.5.		
11:00		Äki liikkeessä / Ilona ry, mielenterv.	<b>10:45 – 11:45</b>				
11:30			Lukio / URA				
12:00				<b>12:25 – 13:35</b>		<b>12:00 – 13:00</b>	
12:30		<b>12:30 – 14:00</b>		Lukio / URA		Huima / Korip., miehet	
13:00		Kuntouttava työtoim.	<b>13:00 – 15:00</b>		<b>13:00 – 15:00</b>		
13:45			Äki kaupunki / Erli Ikäihmisten omatoimilento		Äki kaupunki / Erli Ikäihmisten omatoimilento		
14:00							
14:30							
15:00	<b>15:00 – 17:00</b>						
15:30	Äänekosken						
16:00	kaupungin	<b>16:00– 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>	<b>16:00 – 17:30</b>		
16:30	henkilökuntavuoro	Huima / Junnukoris Minipojat13	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Junnukoris, MU14		
17:00							
17:30	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>	<b>17:30 – 19:00</b>		
18:00	Huima / Junnukoris MU19	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris MU14	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Koripallo, miehet		
18:30							
19:00	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>	<b>19:00 – 20:30</b>		
19:30	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris WU19	Huima / Koripallo, miehet	Huima / Junnukoris WU19	Huima / Junnukoris MU19		
20:00							
20:30	<b>20:30 – 21:30</b>						
21:00	Huima /						
21:30	Harrastekoripallo N						

\*Pe klo 8.30-11:30 Perhekeskus Kerkkä / Pomppula 30.8., 27.9., 25.10., 29.11., 31.1., 28.2., 28.3., 25.4. ja 30.5.

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Liikuntatalon liikuntasali lohko 1/3**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
09:00							
10:00							
11:00							
12:00						<b>12:00 – 13:00</b> Kipinä / Kori- pallo, miehet	
12:30							
13:00				<b>*13:00 – 14:30</b> Mintake / Erytisliikunta (1 lohko)			
13:30							
14:00						<b>14:00 – 16:00</b> Open Gym (Huima)	
14:30							
15:00	<b>15:00 – 16:30</b>		<b>15:00 – 16:30</b>				
16:00	Open Gym (Huima)		Open Gym (Huima)				
16:30		<b>16:30 – 17:30</b>	<b>16:30 – 17:30</b>	<b>16:30-17:30</b>	<b>16:30 – 17:30</b>		
17:00	<b>17:00 – 18:30</b> Huima / Junnukoris LMK-koriskoulu (1/3)	Huima / Junnukoris LMK-koriskoulu (1/3)	Huima / Junnukoris LMK-koriskoulu (2/3)	Huima / Junnukoris Mikrotytöt (2/3)	Huima / Junnukoris Minit14		
17:30	Minit13 / MU14	<b>17:30 – 18:45</b>	<b>17:30 – 18:45</b>	<b>17:30 – 18:45</b>	<b>17:30 – 19:00</b>		
18:00		Huima / Junnukoris Mini14 + Mikropojat + Mikrotytöt	Huima / Junnukoris Minitytöt	Huima / Junnukoris Minipojat + Mikropojat	Huima / Junnukoris Minitytöt		
18:30	<b>18.30 – 20.00</b> Huima / Junnujalis (T16 ja P17) alustava	<b>18:45 – 20:00</b>	<b>18:45 – 20:15</b>	<b>18:45 – 20:15</b>	<b>19:00 – 20:15</b> Huima / Junnukoris WU19		
19:00		Huima / Junnukoris Minitytöt	Maahanmuuttajien lentopalloryhmä	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet			
19:30							
20:00	<b>20:00 – 21:30</b>	<b>20:00 – 21:30</b>					
20:30	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	<b>20:15 – 21:30</b>	<b>20:15 – 21:15</b>	<b>20:15 – 21:30</b>		
21:00			Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	Honkola-Hietaman harrastajat / Salibandy	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet		
21.30							

\*Mintake, salilohko vaihtelee koulun lukujärjestyksen mukaan

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Liikuntatalon liikuntasali lohko 2/3**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
09:00							
10:00							
11:00							
12:00						<b>12:00 – 13:00</b> Kipinä / Kori- pallo, miehet	
12:30							
13:00				<b>*13:00 – 14:30</b> Mintake / Erityisliikunta (1 lohko)			
13:30							
14:00						<b>14:00 – 16:00</b> Open Gym (Huima)	
14:30							
15:00	<b>15:00 – 16:30</b>		<b>15:00 – 16:30</b>				
16:00	Open Gym (Huima)		Open Gym (Huima)				
16:30			<b>16:30 – 17:30</b> Huima / Junnukortti LMK-koriskoulu (2/3)	<b>16:30 – 17:30</b> Huima / Junnukoris Mikrotytöt (2/3)	<b>16:30 – 17:30</b> Huima / Junnukoris Mini14		
17:00	<b>17:00 – 18:30</b> Huima / Junnukoris Minit13 / MU14		<b>17:30 – 18:45</b> Huima / Junnukoris Minitytöt	<b>17:30 – 18:45</b> Huima / Junnukoris Minipojat + Mikropojat	<b>17:30 – 19:00</b> Huima / Junnukoris Minitytöt		
17:30		<b>17:30 – 18:45</b> Huima / Junnukoris Mini14 + Mikropojat + Mikrotytöt					
18:00							
18:30	<b>18:30 – 20:00</b>	<b>18:45 – 20:00</b>	<b>18:45 – 20:15</b>	<b>18:45 – 20:15</b>			
19:00	ÄU / Lentopallo, naiset (1/3), lohko 2	Huima / Junnukoris Minitytöt	ÄU / Lentopallo, naiset (1/3), lohko 2	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	<b>19:00 – 20:15</b> Huima / Junnukoris WU19		
19:30							
20:00	<b>20:00 – 21:30</b>	<b>20:00 – 21:30</b>					
20:30	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	<b>20:15 – 21:30</b> Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	<b>20:15 – 21:15</b> Honkola-Hietaman harrastajat / Salibandy	<b>20:15 - 20:30</b> Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet		
21:00							
21.30							

\*Mintake, salilohko vaihtelee koulun lukujärjestyksen mukaan

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Liikuntatalon liikuntasali lohko 3/3**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
09:00			<b>09:00 – 11:00</b>				
10:00			(9:30 – 10:30)				
11:00			Äki kaupunki / Erli Tasapainoryhmä				
12:00						<b>12:00 – 13:00</b>	
12:30						Kipinä / Kori- pallo, miehet	
13:00				<b>*13:00 – 14:30</b>			
13:30				Mintake / Erytisliikunta (1 lohko)			
14:00						<b>14:00 – 16:00</b>	
14:30						Open Gym (Huima)	
15:00	<b>15:00 – 16:30</b>		<b>15:00 – 16:30</b>				
16:00	Open Gym (Huima)		Open Gym (Huima)				
16:30							
17:00	<b>17:00 – 18:30</b>		<b>17:00 – 18:45</b>	<b>Vapaa 1/3</b>	<b>16:30 – 17:30</b>		
17:30	Huima / Junnukoris Minit13 / MU14		Huima / Junnukoris Minitytöt		Huima / Junnukoris Minit14		
18:00		<b>17:30 – 18:45</b>		<b>17:30 – 18:45</b>	<b>17:30 – 19:00</b>		
		Huima / Junnukoris Mini14 + Mikropojat + Mikrotytöt		Huima / Junnukoris Minipojat + Mikropojat	Huima / Junnukoris Minitytöt		
18:30	<b>18:30 – 19:30</b>	<b>18:45 – 20:00</b>	<b>18:45 – 20:15</b>	<b>18:45 – 20:15</b>			
19:00	Desipelit / Salibandy, naiset (1/3)	Huima / Junnukoris Minitytöt	Kosken Sulka / Sulkapallo (1/3)	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	<b>19:00 – 20:15</b>		
19:30					Huima / Junnukoris WU19		
20:00	<b>20:00 – 21:30</b>	<b>20:00 – 21:30</b>					
20:30	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	<b>20:15 – 21:30</b>	<b>20:15 – 21:15</b>	<b>20:15 – 21:30</b>		
21:00			Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet	Honkola-Hietaman harrastajat / Salibandy	Koiviston Kipinä / Koripallo, miehet		
21.30							

\*Mintake, salilohko vaihtelee koulun lukujärjestyksen mukaan

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**SYK (Telakkakadun) VANHA liikuntasali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai		
13:00									
13:30									
14:00									
14:30									
15:00		<b>15:00- 16:30</b> Suolahden Traktoriitehtaan eläkeläiset / Boccia	<b>15:00 – 16:00</b> Koskelan Opisto / Seniorijumppa	<b>15:30 – 17:00</b> Suolahden Eläkkeensaajat / Lentopallo					
15:30									
16:00		<b>16:45 – 19:45</b> Koskelan Tanssi / Akrobatia 3 ryhmää lapsille ja nuorille 7-15-vuotiaat (27.8.2024 - 30.4.2025)	<b>17:00 – 18:00</b> Urho / Taitoluistelu	<b>17:00 – 18:00</b> Urho / Jääkiekko U13 / VARAPAIKKA	<b>17:00 – 18:00</b> Urho / Taitoluistelu				
16:30	<b>16:30 – 18:00</b> Suolahden palomieskerho / Sulkapallo								
17:00									
17:30							<b>17:30 – 19:30</b> Koiviston Kipinä / Harrastelentopallo		
18:00	<b>18:00 – 19:30</b> Urho / Yleisurheilukoulu, juniorit	<b>18:00 – 19:00</b> MLL / Liikuntakerho.	<b>18:00 – 19:30</b> Urho / Yleisurheilu, juniorit						
18:30			<b>19:15 – 20:30</b> Koskelan Opisto / Zumba + lihaskunto		<b>19:00 – 20:00</b> Urho / Taitoluistelu				
19:00									
19:30									
20:00									
20:30									
21:00									
21:30									

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**SYK (Telakkakadun) UUSI liikuntasali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
12:00						12:00 – 13:30 Urho / Salibandy PT14	
13:00							
14:00							
15:00							
16:00		15:30 – 16:30 Koskelan Opisto / Miesten liikunta (1/2)					
16:15		16:30 – 18:00 Suolahden Eläkkeensaajat / Boccia (1/2 sali + tuolit)					
16:30							
16:45							
17:00				17:00 – 18:00 Urho / Jääkiekko U13			17:00 – 19:00 Suolahden palomieskerho ry / Salibandy
17:15							
17:30	17:30 – 18:30 Koskelan Opisto / Lavis						
17:45							
18:00		18:00 – 19:30 Koskelan Opisto / Jooga (1/2 sali)	18:00 – 19:30 Urho / Salibandy, P13	18:00 – 19:00 Urho / Jääkiekko U16			
18:15							
18:30	18:30 – 20:00 Urho / Salibandy P11						
18:45							
19:00				19:00 – 20:30 Urho / Salibandy, miehet 2			
19:15							
19:30							
19:45							
20:00							
20:15							
20:30							
20:45							
21:00							

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45



**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Lukion sali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
13:00							
15:00 15:30	Huom! Yo-kirjoitusten ajaksi 9.9. - 3.10.2024 sekä 4.3.-2.4.2025 (päivät alustavia) pyritään etsimään korvaavia tiloja mahdollisimman monelle vuorolle kaupungin muista sisäliikuntatiloista seurojen yhteisessä palaverissa. <b>Palaveri tähän liittyen ke 31.7.2024 klo 17 Pankkarilla.</b>						
16:00 16:30							
17:00 17:15 17:30 17:45	<b>17:00 – 18:30</b> Urho / Salibandy P9	<b>17:30 – 19:00</b> Urho / Salibandy, PT14	<b>17:00 – 18:00</b> Urho / Salibandy, P7/P8	<b>17:00 – 18:30</b> Urho / Salibandy, PT14	<b>17:30 – 19:00</b> Urho / Salibandy, P13		<b>17:00 – 19:00</b> FC Keitele jazz / Ikämiesten sähly (1/3 sali)
18:00 18:15							
18:30 18:45	<b>18:30 – 20:00</b> Urho / Salibandy P17	<b>19:00 – 20:30</b> Urho / Salibandy, naiset	<b>18:00 – 19:30</b> Urho / Salibandy, P11	<b>18:30 – 20:00</b> Urho / Salibandy, P17			
19:00 19:15 19:30 19:45							
20:00 20:15 20:30 20:45	<b>20:00 – 21:30</b> Urho / Salibandy, miehet	<b>20:30 – 22:00</b> Urho / Salibandy, miehet 2	<b>19:30 – 21:00</b> Urho / Salibandy, miehet	<b>20:00 – 21:00</b> Urho / Salibandy, naiset			
21:00 21:15 21:30 21:45							
				<b>21:00 – 22:00</b> Urho / Salibandy, miehet			

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Ylipainehalli, ma-pe**

	Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai		Perjantai	
	Kenttä 1	Kenttä 2	Kenttä 1	Kenttä 2	Kenttä 1	Kenttä 2	Kenttä 1	Kenttä 2	Kenttä 1	Kenttä 2
10:00							10 -11 Huima / Kävelyfutis			
11:00										
12:00										
13:00			13 – 16 Harrastamisen Suomen mallin (HSM) jalkapallokerho kouluikäisille				13 – 16 Kaupunki + Huima / Vapaa yleisövuoro, valvoja paikalla			
14:00										
15:00						HSM-kerhot Yläkouluikäiset 15-16 16-17				
16:00			16:30 – 18 ÄU / Yleisurheilu, nuorten ryhmä (1.10.2024 – 6.5.2025)	16:30 – 18 Rasti E4 / Suunnistuksen talviharjoittelu, sekaryhmä (1.10.2024 alk)				16 – 17 Huima / J.jalis Lisäharjoittelu	16 - 17 Huima / J.jalis Lisäharjoittelu + maalivahdit	
16:30										
17:00	17 – 18 Huima / J.jalis T13 ja T14	17 – 18 Huima / J.jalis T15			17 – 18 Huima / T15	17 – 18 Huima / J.jalis P17 ja P16	17 – 18 Huima / J.jalis T17 + T16	17 – 18 Huima / J.jalis Prinsessat ja Ritarit	17 – 18:30 Huima / J.jalis P10	17 – 18:30 Huima / J.jalis P15
17:15										
17:30										
17:45										
18:00	18 – 19 Huima/ J.jalis P13 ja P14	18 – 19 Huima/ J.jalis P12	18 – 19 Huima / J.jalis P15	18 – 19 Huima / J.jalis P11	18 – 19 Huima / J.jalis P14	18 – 19 Huima / J.jalis T13/T14	18 – 19 Huima / J.jalis P12	18 – 19 Huima / J.jalis T12	18:30 – 20:00 HuimaUrho / Jalkapallo, miehet	
18:15										
18:30										
18:45										
19:00	19 – 20 Huima/ J.jalis T11	19 - 20 Huima / J.jalis T12	19 – 20 Huima / J.jalis P10	19 – 20 Huima / J.jalis T09/T10	19 - 20 Huima / J.jalis T11	19 - 20 Huima / J.jalis P13	19 – 20 Urho / J.jalis P11	19 – 20 Huima / J.jalis T09/10		
19:15										
19:30										
19:45										
20:00	20 – 21:30 Huima/ J.jalis P10	20 – 21:30 Huima/ J. jalis P09	20 – 21:30 HuimaUrho Jalkapallo, miehet		20 – 21:30 Huima / J.jalis P09	20 – 21 Huima / Jalkapallo, Huimaiset	20 – 21:30 HuimaUrho / Jalkapallo, miehet			
20:15										
20:30										
20:45										
21:00										

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Ylipainehalli, la-su**

	Lauantai		Sunnuntai		
	Kenttä 1	Kenttä 2	Kenttä 1	Kenttä 2	
09:00					<p><b>Tiedossa olevat sunnuntain turnauspäivät</b>  24.11.2024, pojat 2013  8.12.2024, pojat 2016  15.12.2024, tytöt 2012 ja 2013  5.1.2025, pojat 2017  19.1.2025, pojat 2012  2.2.2025, tytöt 2014 ja 2015  16.2.2025, pojat 2014  9.3.2025, tytöt 2016 ja 2017  16.3.2025, pojat 2015  Alustava aikataulu klo 9-16.</p> <p><b>Ilmoitattehan hyvissä ajoin tiedoksi, mikäli vuoronne onkin harjoitusotteluvuoro tai ottelu.</b></p> <p><b>Vuorot alkavat merkittynä aikana.</b>  Annetaan edeltävälle joukkueelle pelirauha. <b>Kunkin vuoron lopusta on 5 min sovittu siirtymisajaksi.</b>  Esim. Vuoro on klo 18-19: kentälle voi siirtyä klo 18, kentältä lähdetään poistumaan 18.55. Uusi vuoro pääsee alkamaan klo 19.</p>
10:00	10 - 11 Huima / Perhefutis + Maahanm.	10 - 11 Huima / J.jalis P14			
10:30					
11:00	11 - 12 Huima / J.jalis T13/T14	11 - 12 Huima+ Kaupunki/ Huimarit, soveltava			
11:30					
12:00	12 - 14 Huima / J.jalis, yhteis-	12 - 14 Huima / J.jalis P12/T12	13 - 15 Huima / Juniorijalkapallo, kiertävät pelivuorot		
12:30	harjoitukset				
13:00			15 - 16 Huima / J.jalis T09/T10		
13:30	14 - 15.30 HuimaUrho / Jalkapallo köpöt	14 - 15.30 Huima / J.jalis P16			
14:00			16 - 17:30 Huima / J.jalis P11	16 - 17:30 Huima / J.jalis T11	
14:30					
15:00			17:30 - 19 Huima / Juniorijalkapallo P09		
15:30					
16:00			18:00 - 21:00 Jyväskylän Komeetat, miesten edustus		
16:30					
16:45			19:00 - 20:00 Kipinä / Ikämiesjalkapallo		
17:00					
17:30					
17:45					
18:00					
18:15					
18:45					
19:00					
19:15					
19:45					

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Liikuntatalon juoksurata ja vapaatila**

	Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai		Perjantai		Lauantai		Sunnuntai											
	Juoksu-rata	Vapaa-tila	Juoksu-rata	Vapaa-tila	Juoksu-rata	Vapaa-tila	Juoksu-rata	Vapaa-tila	Juoksu-rata	Vapaa-tila	Juoksu-rata	Vapaa-tila	Juoksu-rata	Vapaa-tila										
08:00	8:00 – 9:10 Lukio / URA																							
09:30																								
11:00																								
12:00																								
13:00																								
14:00																								
15:00	15:30 – 17:00 Äki Eläkkeen saajat / Boccia (23.9.>)																							
16:00																								
16:30																								
17:00	17:00 – 20:00 ÄU / Yleis-urheilu  valm/jun	17:00 – 20:00 ÄU / Yleis-urheilu	16:00 – 19:00 ÄU / Yleis-urheilu  Juniorit	16:00 – 17:00 ÄU / Yleis-urheilu Juniorit	16:00 – 18:30 ÄU / Yleis-urheilu Juniorit	16:00 – 18:30 ÄU / Yleis-urheilu Juniorit	16:30 – 20:00 ÄU / Yleis-urheilu Juniorit	16:30 – 20:00 ÄU / Yleis-urheilu Juniorit	16:00 – 19:00 ÄU / Yleis-urheilu valm	16:00 – 19:00 ÄU / Yleis-urheilu valm.														
17:15																								
17:30																								
17:45																								
18:00																								
18:15																								
18:30																								
18:45																								
19:00																								
19:15																								
19:30																								
19:45																								

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Liikuntatalon painisali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
16:00							
16:15							
16:30							
16:45							
17:00	<b>17:00 – 18:00</b> Huima / Junnujalis, T15	<b>17:00 – 18:00</b> Huima / Paini, juniorit		<b>17:00 – 18:00</b> Huima / Paini, aikuiset			
17:15							
17:30			<b>17:30 – 18:30</b> Huima / Junnujalis T12				
17:45							
18:00				<b>18:00 – 19:15</b> Huima / Junnujalis P10			
18:15							
18:30							
18:45							
19:00							
19:15							

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Liikuntatalon kuntosali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
09:00				<b>09:00 – 10:00</b>			
09:15				Äänekoski liikkeessä /			
09:30		<b>09:30 – 10:45</b>		Kuntosaliharjoittelu			
09:45		ERLI / Ikäihmisten		Kuntouttava työtoim.			
10:00	<b>10:00 – 11:00</b>	kuntosaliharjoittelu,		<b>10:00 – 11:15</b>			
10:15	Äänekoski liikkeessä/	omatoimiryhmä		ERLI / Ikäihmisten			
10:30	Kuntosaliharjoittelu			kuntosaliharjoittelu,			
10:45	Kuntouttava työtoim.			omatoimiryhmä			
11:00							
11:15							
11:30				<b>11:30 – 13:00</b>	<b>11:30 – 13:00</b>		
11:45				Ala-Keiteleen	Äänekosken		
12:00				Sydänyhdistys /	Eläkkeensaajat /		
12:15				Kuntosaliharjoittelu,	kuntosaliharjoittelu,		
12:30				vertaisohjattu	vertaisohjattu		
12:45							
13:00			<b>13:00 – 14:00</b>				
13:15			ERLI / Kuntosali-	<b>13:15 – 14:45</b>	<b>13:15 – 14:45</b>		
13:30	<b>13:30 – 15:00</b>		harjoittelu, kehitys-	KYK yläkoulu /	KYK yläkoulu /		
13:45	Ilona ry /		vammaiset aikuiset	Kuntosalikurssi	Kuntosalikurssi		
14:00	Kuntosaliharjoittelu			syyslukukausi	kevätlukukausi		
14:15							
14:30			<b>14:30 – 16:00</b>				
14:45			ERLI /				
15:00	<b>15:00 – 16:30</b>		Vertaisohjaajien				
15:15	Äänekoski liikkeessä		ohjaama				
15:30	– hanke / Sportti PT,		kuntosaliharjoittelu				
15:45	avoin muillekin						
16:00							

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Liikuntatalon Hurrikaanisali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai	
09:00					09:00 – 10:15 ERLI / Kuntosaliharjoittelu 1			
09:15								
09:30	09:30 – 10:45 ERLI / Kuntosaliharjoittelu 1							
09:45								
10:00								
10:15								
10:30								
10:45								
11:00								
11:15								
11:30								
11:45								
12:00	12:00 – 13:15 ERLI / Kuntosaliharjoittelu 1	12:00 – 14:00 K-S Suomen Näkövammaiset / Äki ryhmä	11:45 – 13:00 ERLI / Kuntosaliharjoittelu 1	12:00 – 13:15 ERLI / Kuntosaliharjoittelu 1				
12:15								
12:30								
12:45								
13:00					13:00 – 14:00 Syöpäryhmän Kuntosaliharjoittelu			
13:15								
13:30	13:30 – 15:00 Ilona ry / Kuntosaliharjoittelu, osa kuntosalilla							
13:45								
14:00								
14:15								
14:30								
14:45								
16:00		16:00 – 17:00 Äänekoski liikkeessä / Kuntopiiri, työkäiset						
16:15								
16:30								
16:45								

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot  
12.8.2024– 25.5.2025

Liikuntatalon voimailusali (koulujen kurssit)

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
08:00							
09:00		9:25 – 10:35					
10:00		Lukio / URA					
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45



**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Suolahden uimahallin kuntosali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
09:00			09:00 – 11:00 SYK / Kuntosalikurssi 9 lk				
09:30							
10:00							
10:30							
15:00				15:00 – 16:15 Äänekoski liikkeessä - hanke / SporttiPT- kuntosaliharjoittelu, avoin muillekin			
15:15							
15:30				16:20 – 17:20 Äänekoski liikkeessä / Kuntosalistartti, työkäiset			
15:45							
16:00							
16:15							
16:30							
16:45							
17:00							
17:30							

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Sumiaisten terveysaseman kuntosali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
09:00		<b>09:00 – 10:15</b> ERLI / Kuntosaliharjoittelu					
09:15							
09:30							
09:45							
10:00							
10:15							
10:30							
10:45							
11:00							
11:15							
11:30							
11:45							

**Konginkankaan kuntosali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
09:00		<b>09:00 – 10:15</b> ERLI / Kuntosaliharjoittelu, miehet omatoiminen					
09:15							
09:30							
09:45							
10:00							
11:00							
12:00		<b>12:00 – 13:15</b> ERLI / Kuntosaliharjoittelu 1					
12:15							
12:30							
12:45							
13:00							
14:00							

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**KYK Koulunmäen UUSI sali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
15:00							
15:30							
16:00	<b>15:45 - 18:15</b> ÄU / Cheerleading						
16:15							
16:30							
16:45		<b>16.45 – 17:30</b> Koskelan opisto / Pomppu ja temppu, liikuntakerho 4-6 v			<b>17:00 – 18:30</b> ÄU / Liikuntaleikki- koulu 4-6-vuotiaille		
17:00							
17:15							
17:30							
17:45		<b>17:30 – 19:00</b> Koskelan opisto / Ashtanga-jooga					
18:00			<b>18:00 – 19:30</b> Koskelan opisto / Iltajooga				
18:15							
18:30	<b>18:30 – 19:30</b> Koskelan Opisto / Yoga Flow			<b>18:30 – 19:30</b> Koskelan opisto / Liikuntakerho 6-8 - vuotiaille			
18:45							
19:00							
19:15							
19:30							
19:45							
20:00							
20:15							
20:30							
20:45							
21:00							
21:30							

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45

**Talvikauden 2024-2025 sisäliikuntatilojen harjoitusvuorot**  
**12.8.2024– 25.5.2025**

**Pankkarin lämmittelykuntosali**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
08:00		<b>*09:25 – 10:35</b>					
09:00		Lukio / URA					
10:00		<b>10:35 – 11:30</b>					
11:00		Äki liikkeessä / Ilona	<b>10:45 – 11:45</b>				
11:30			Lukio / URA				
	ETUSIJALLA LIIKUNTASALISSA HARJOITTELEVAT ja KUNNAN OMAT PÄIVÄRYHMÄT Avoinna myös Liikuntatalon kuntosaliavaimen lunastaneille erikseen ilmoitettavina rajallisina yleisön aukioloaikoina ma-su. Katso ajat <a href="https://www.aanekoski.fi/kulttuuri-ja-liikunta/sisaliikunta/pankkarin-lammittelykuntosali">https://www.aanekoski.fi/kulttuuri-ja-liikunta/sisaliikunta/pankkarin-lammittelykuntosali</a>						
12:30		<b>12:30 – 14:00</b>		<b>12:25 – 13:35</b>			
13:00		Äki liikkeessä /		Lukio / URA			
13:30		Kuntouttava työtoim. kuntosaliharjoittelu					
14:00							
15:00	<b>15:00 – 16:45</b>			<b>15:00 – 17:00</b>			
15:30	Äänekosken			Äänekosken			
16:00	kaupungin henkilökuntavuoro			kaupungin henkilökuntavuoro			
16:30	<b>16:45 – 17:30</b>		<b>16:45 – 17:30</b>				
17:00	Huima / Junnukoris MU19		Huima / Junnukoris MU14				
17:30			<b>17:30 – 18:15</b>	<b>17:30 – 18:15</b>			
18:00			Huima / Junnukoris MU19	Huima / Junnukoris MU19			
18:15		<b>18:15 – 19:00</b> Huima / Junnukoris WU19		<b>18:15 – 19:00</b> Huima / Junnukoris WU19			
19:00		<b>19:00 – 19:45</b>		<b>19:00 – 19:45</b>			
19:30		Huima / Koripallo, miehet		Huima / Koripallo miehet			

Peruutukset ja lisätiedot liikunta.hallinto@aanekoski.fi tai 040 551 4016

Päivitetty 28.6.2024 17.45