

Tervetuloa mukaan Heinolan Uimaseuran toimintaan:



Vauvauinti
alkaen 3kk/vähintään 5kg
Vierumäellä lauantaisin
Alkeisryhmä 9.00- 9.30
Jatkoryhmä 9.30- 10.00

Alkaen 1.10.2016
Hinta 150€/10 krt/perhe



Uimakoulut
5-8 vuotiaalle lapsille
Valolinnassa maanantaisin
Alkeisuimakoulu 17-18
Jatkouimakoulu 18-19

Alkaen 5.9, 10.10 ja 21.11
Hinta 40€/ 5 krt



Vesiralli
6-10 vuotiaalle lapsille
Valolinnassa keskiviikkoisin
klo 17.30-18.15

Alkaen 7.9.2016
Hinta 85€/14krt



Tekniikkaralli
6-10 vuotiaalle lapsille
Valolinnassa keskiviikkoisin
klo 18.15- 19.00

Alkaen 7.9.2016
Hinta 85€/14krt



Treeniryhmä 2
7-12 vuotiaalle lapsille
Valolinnassa maanantaisin ja
keskiviikkoisin klo 19-20

Alkaen 5.9.2016
Hinta 110€/kausi

Syyslomaviikon lasten
päiväuimakoulut
Valolinnassa:

Ma-pe 24.10-28.10.2016

Alkeisuimakoulu klo 10-11
Jatkouimakoulu klo 11-12



Aikuisten HydroBic
*tehokasta ja turvallista vesijumppaa
100-150cm syvyisessä vedessä*

Valolinnassa maanantaisin klo 19-19.45
Alkaen 5.9.2016
Hinta 100€/ 14krt



Treeniryhmä 1
Nuorten kilpauinti- ja harrasteryhmä
Harjoituksia 4krt viikossa: ma, ti, to 18-20 ja su 16-18, alkaen 5.9.2016
Hinta 250€/kausi
Harjoituksia 2krt viikossa: ma ja to 18-20, alkaen 5.9.2016
Hinta 130€/kausi



Ilmoittautuminen: iskunuinti.sporttisaitti.com