

Uimaseura Aquila tarjoaa koko perheen

AKTIIVIPÄIVÄN ALTAILLA

Kotkan Uimala Katariinassa 13.2.2016 klo 11.00–20.00 (Kassa suljetaan klo 19.30)



13.2.

Hyppytornit auki / Tekniikkaopetusta aikuisille
Ilmaisia vesijumppia pitkin päivää / lasten peuhula
Triathlon esittely / 24 tunnin sisätriathlon ottelu / DISKO!!

Aikataulu

Klo 11.00 uimala avautuu normaaliin aikaan

Klo 11.00 Lasten peuhula auki (ei jumppien aikana)

Klo 12.00 vuorokauden sisätriathlonottelu alkaa kahden joukkueen voimin

Klo 12.30–13.30 uintitekniikkaa aikuisille

Klo 12.30–13.15 syvän veden vesijumppa

Klo 13.30–14.30 välineuintia (räpylät, märkäpuvut ym sallittuja, seuran varusteet lainattavissa)

Klo 14.30–15.15 vauhtijumppa

Klo 14.30–15.00 hyppytorni auki

Klo 15.00–16.00 uintitekniikkaa aikuisille

Klo 16.30–17.15 kaulinjumppa

Klo 16.30–17.00 hyppytorni auki

Klo 17.30–19.30 DISKO altailla

Klo 18.00–18.45 Vesijumppa (Diskomusiikin tahtiin)

Klo 18.00–19.00 Hyppytorni auki

Klo 19.30 altaan sulkeutuvat. Sisätriathlon joukkueet jatkavat sunnuntaihin asti.

Kaikki toiminta normaalilla sisäänpääsymaksulla!

Yhteistyössä

Kotkan kaupungin liikuntayksikkö
Hyvinvointikeskus Huuma

Uimaseura
AQUILA

www.uimaseura-aquila.fi