

Kosken TI kesä 2020



Liikunta

- Kuntosali avoinna taas ma 1.6. Omilla avaimilla joka päivä klo 8–22. Noudata toimintaohjeita, jotka löytyvät kuntosalin ovesta sekä kunnan kotisivuilta. Puku- ja pesutilat eivät ole käytössä. Toimithan oman harkintasi mukaan.
- Myllyrannan luontopolun varrella helppoja ja hauskoja tehtäviä – käy kokeilemassa! Muista myös Kartanon luontopolku.
- Lihaskuntotreenivinkit pururadan varrella.
- Lapsille myös oma tehtäväpolku pururadalla.
- Liikuntahaasteita nuorille eri puolilla Koskea. Eka haaste julkaistaan Koko Koski Liikelle instagramissa. Etsimällä kryptisiä vinkkejä pääset etenemään haasteesta toiseen. Ota seurantaan Koko Koski Liikelle instagramissa! #nuortenhaaste #KokoKoskiLiikkeelle

Kesäjummat

Kahvakuulatreeni 2.6 ja 16.6 tiistaina klo 18–19. Juhannuksen jälkeen torstaisin, urheilukentällä. Mukaan oma kuula, jumppamatto ja juomapullo. Tunnilla lämmittelyt monipuolisilla kehon liikkeillä ja lihaskuntotreeni kahvakuulaa osittain apuna käyttäen.
Ohj. Helena Sorvari. (Vapaa-aikatoimi)

Aamujumppa 2.6. alkaen. Tiistaisin klo 9–10 Nuortentuvan pihalla. Alkulämmittely, tasapaino, kehonhallinta, lihaskunto-osuus ja pitkä venyttely, hidas tempo ei hyppelyjä.
Ohj. Tuula Rautoma. (Vapaa-aikatoimi)

Äijäjumppa 4.6. alkaen. Torstaisin klo 18–19 Nuortentuvan pihalla. Alkulämmittely, tasapaino, kehonhallinta, lihaskunto-osuus ja pitkä venyttely, hidas tempo ei hyppelyjä.
Ohj. Tuula Rautoma. (Vapaa-aikatoimi)

Zumba Kids® 1.6. alkaen. Maanantaisin klo 17–17.45 urheilukentällä.

LAVIS® 1.6. alkaen. Maanantaisin klo 18–18.55 urheilukentällä.

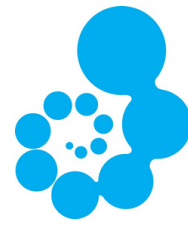
Zumba® Maanantaisin klo 19.10–20.00 urheilukentällä.

Ohj. Johanna Heikkilä (Vapaa-aikatoimi)

Vapaa-aikatoimen jumppien hinta: 4€/krt. laskutetaan erikseen ja eläkeläiset jumppaavat veloituksetta. Ei ennakkoilmoittautumisia.

Shine sundays 7.6. alkaen. Sunnuntaisin klo 10–11 urheilukentällä.

Tunneilla pääset sulautumaan niin kuumiin latalaisrytmeihin kuin muihin varmuudella mukaansatempaaviin tahteihin (yli 12-vuotiaille). Aiempi tanssikokemus ei tarpeen, nautitaan yhdessä liikkeen riemusta! Osallistumismaksu viisi euroa tunnilta. Ohj. Henrika Ojala, p. 050 5177086



**KOKO KOSKI
LIIKKEELLE**

Yhdistykset ja seurat

Terveys ry. Koski TI:

pyöräilyt tiistai ja perjantai-iltaisin klo 18. Lähtö Ståhlbergin tontilta.

Eläkeliitto Koski TI:

Boccia alkaa 7.9 ja 9.9 klo 9-11 Nuortentuvalla.

Kosken Kaiun tarjontaa 2.6.2020-30.7.2020:

Tiistai klo 17.15-18.00 3-5-vuotiaiden urheilukerho, urheilukentällä

Ohjaaja Anu Luhtala 050 532 8781

Tiistai klo 18.00-18.45 6-8-vuotiaiden urheilukerho, urheilukentällä

Ohjaaja Anu Luhtala 050 532 8781

Tiistai klo 19.00-20.30 11-16-vuotiaiden lentopallo, liikuntahallilla

Ohjaaja Niko Nevala 044 484 1592

Keskiviikko klo 19.00-20.30 9-16-vuotiaiden yleisurheilu, urheilukentällä

Ohjaaja Niko Nevala 044 484 1592

Torstai klo 19.00-20.30 9-16-vuotiaiden monilajikerho, urheilukentällä

Ohjaaja Niko Nevala 044 484 1592

Huomioita: Ilmoittautumiset www.koskenkaiku.fi

Kaikki toiminta on maksutonta Kosken Kaiun jäsenille.

Jäsenmaksu alle 15-vuotiaille 5€ ja yli 15-vuotialille 10€.

Lapsilla pitää olla voimassa oleva tapaturmavakuutus!

Kirjasto

Kirjaston sisätilat avataan maanantaina 1.6.

Kirjasto on auki: Maanantai 13.00 – 19.00. Tiistai 10.00 – 16.00. Keskiviikko 10.00 – 19.00.

Torstai 13.00 – 19.00. Perjantai 10.00 – 16.00.

Liikuntakirjasto on myös auki, valikoimassa mm. askel- ja sykemittareita, kävelysauvoja, hulavanteita ja frisbeegolf-kiekkoja kahden viikon laina-ajalla.

Teemme asioinnista mahdollisimman turvallista, mutta jatkamme toistaiseksi myös kirjakassipalvelua halukkaille.

Ajanakohtaisen ohjeistuksen löydät kirjaston ovesta, kotisivuilta ja facebookista.



Lapset ja nuoret

Päiväleiri Liparilla koskelaisille ja martilalaisille alakouluikäisille. Juhannusviikolla ma-to 15.-18.6 klo 9-17.

Ilmoittautumiset: tiina.orre@evl.fi. Leirille otetaan päivittäin max. 20 lasta. Hinta 15e/päivä. Sisältää ruokailut aamupala, lounas ja välipala.

Futiskoulu ma-pe 8.-12.6 klo 13-15 Kosken TI Urheilukentällä.

Vapaa-aikatoimen ja Marttilan Murrin järjestämä 5-12-vuotiaille pojille ja tytöille. Osallistumismaksu 30€, sis. 5 päivänä ohjausta ja jokaiselle oma pallo!

Ota mukaan pieni välipala ja juomista.

Ilmoittautumiset tonipatama75@gmail.com tai puh. 045 125 9184.

MLL:n ohjattua leikkipuistotoimintaa järjestetään ti 2.6. - pe 3.7. arkisin klo 10-15. Ohjaajina toimivat Juuso Simola, Susanna Puisto ja Oskari Puumalainen. Ohjattu toiminta on tarkoitettu 3 vuotta täyttäneille, ja päivämaksu on 2 e/lapsi. Lisäksi myydään viiden kerran sarjalippuja viidellä eurolla. Ota mukaasi tasaraha!

Vapaa-aikatoimen uimakoulut

1. viikko 29.6.-3.7. Alkeisryhmä klo 12-13.30 ja Harrastusryhmä klo 14-15.30
2. viikko 6.7.-10.7. Alkeisryhmä klo 12-13.30 ja Harrastusryhmä klo 14-15.30
3. viikko 13.-17.7. Taitoryhmä klo 12-13.30 ja Suoritusryhmä klo 14-15.30

Alkeisryhmiin otetaan 10 lasta, harrastusryhmiin 15 ja taito- ja suoritusryhmiin 15. Ensin voi ilmoittautua yhdelle viikolle ja toiselle varalle.

Alaikäraja 5 vuotta. Os.maksu koskelaiset 30€/vko ja ulkopaikkakuntalaiset 60€/vko, sisältää opetuksen, todistukset ja merkit, myös kandit ja maisterit.

Etusija on koskelaisilla, ulkopaikkakuntalaisia otetaan, jos tilaa jää. Uimaopettajat: Eveliina Nurmi ja Sofia Pettersson.

Ilmoittautumiset: ma 1.6. klo 9.00 alkaen puh. 044 744 1135

Sydäniskurit - UUTTA

Kosken TI kunnasta löytyy nyt kolme sydäniskuria: Salessa, Kosken Autokeskuksessa ja Liikuntahallin aulassa. Liikuntahallilla myös ensiapuohjeet ja hätäkeskukseen soittaminen.

Talven Saviseutu Liikkuu -hiihtokampanjassa palkinto Paula Kolhalle, haettavissa vapaa-aikatoimistosta.

Uimaranta

- Uimaranta, Järvenmaantie 71, Koski TI
- Uimarannan sauna on kiinni toistaiseksi, mutta uimaranta on avoinna.
- Uimarannalla nyt myös uusi grillipaikka!

Matonpesu

- Matonpesupaikka, Kasperintie 7, Koski TI
- Muistetaan noudattaa matonpesupaikoilla turvavälejä. Altaita ei voi varata etukäteen. Matonpesupaikkaa ja uimarantaa ylläpitää Kosken TI kunnan tekninen toimi.

Kunnantalo

Kunnanvirasto on kiinni toistaiseksi.
Kesäsulku 6.7.-26.7.2020. Sulkuajan päivystykset:
Teknisen toimen varallaolo puh. 044 744 1150
Sosiaalitoimen päivystys: puh. 044 744 1126

Martinkosken seurakunta

Ajankohtaiset tapahtumatiedot: Auranmaan viikkolehden perjantainumerossa, verkkosivuilla www.martinkoskenseurakunta.fi ja Facebook-sivulla Martinkosken seurakunta.

Jumalanpalvelukset:

1.6. alkaen pidetään kirkoissa, osallistujamäärä on rajattu 50 henkilöön.
Seurakunnan tiloja vuokrataan juhliin vasta syyskuun alusta alkaen.

Diakonit:

päivystävät Koskella to klo 10–12 (ei 16.7.) ja Marttilassa ke klo 12–14. EU-ruokakassin saat vastaanottopäivinä soittamalla diakonille:

Tiina Orre p. 044 474 3412, Annika Kivilahti p. 044 744 3212.

Huvvää kesää kaikille!

