

# Oletko työtön? Haluatko liikkumaan?

KKI-ryhmiin  
maksutta!

Tarjolla useita eritasoisia  
liikuntaryhmiä

mm. HARTIA-SELKÄ-VATSA,  
LAVIS, PUMPPU, STEPPI, CORE,  
KAHVAKUULA, VESIJUMPPA,  
XL-ryhmä, VENYTTELY  
TOIMINTARATA.

Miehille myös oma treeni  
”KIPPARIKALLET”

Jäähallilla pipolätkää  
sunnuntaisin!

Naisilla ja miehillä omat  
sählyvuorot!

Erillinen ilmoittautuminen:

- OHJATTU  
KUNTOSALIKURSSI
- HATHAJOOGA  
(syyslukukausi 30€)

**Lisätiedot:**

[www.heinola.fi/kki](http://www.heinola.fi/kki)

Riikka Pyyhtiä  
[riikka.pyyhtia@heinola.fi](mailto:riikka.pyyhtia@heinola.fi)  
P. 044 587 1472

**Työttömät voivat osallistua  
toimintaan maksuttomalla  
KKI-kortilla.**

**Kortin saa  
uimahallin kassalta.**

**Korttia noudettaessa on  
esitettävä viimeisin Kelan  
tai työttömyyskassan päätös  
tai TE-toimiston todistus.**

Kortteja saa myös ennalta sovittujen  
asiakaskäyntien yhteydessä

- TE-toimistosta
- Työikäisten palveluista
- Työpajoilta
- Etsiviltä nuorisotyöntekijöiltä
- Työttömien terveydenhoitajalta
- Liikuntaneuvojalta

