

TÄISKASVANUTE HUVITEGEVUS SPORDIS 2026/2027

Põlva Spordikeskus, Uus tn 3

1.	Jõusaalitreeningud naistele	Esmaspäev kell 18.00 ja 19.10 Neljapäev kell 18.00 ja 19.10	Eve Reitalu 5554 6445
2.	AQUA CIRKUIT (ujulas)	Teisipäev kell 18.00–19.00	Eve Reitalu 5554 6445
3.	CORE FIT	Kolmapäev kell 17.15	Eve Reitalu 5554 6445
4.	Terapeutiline võimlemine	Kolmapäev kell 18.15–19.15	Eve Reitalu 5554 6445
5.	Võistluskunst (JODO) MTÜ Kõbukan	Kolmapäev kell 19.15–20.15	Juulia-Gabrielle Moreau +358401306074 info@jodoestonia.ee
6.	Metallmõõk-võitluskunst IAIDO	Pühapäev kell 18.00–19.00	Juulia-Gabrielle Moreau
7.	Indiaca	Kolmapäev kell 18.30–20.00 Pühapäev kell 17.00–20.00	Timo Varik 514 1408
8.	Vesivõimlemine	Pühapäev kell 18.00	Reet Külaots 5563 4477
9.	Võrkpall meestele	Esmaspäev kell 19.00–20.30	Erko Jakobson 5664 3946
10.	Võrkpall naistele	Teisipäev kell 19.00–20.30	Karin Birnbaum
11.	Võrkpallklubi Volley treeningud naistele ja meestele	Neljapäev kell 19.00–20.30	Erko Jakobson 5664 3946
12.	Korvpall harrastajatele	Teisipäev kell 17.30–19.00 Neljapäev kell 18.00–19.00	Markus Kääo 5594 5171
13.	BJJ/MMA treeningud	Teisipäev kell 18.30–19.30 Reede kell 18.30–19.00	Kristjan Kangro 5698 9963

Põlva Kool, Koolimaja tee 1 aula

14.	Matitreening (kogu keha treening)	Esmaspäev kell 18.00–19.00	Tiina Ilves 5550 4737
15.	LA DANSE hobitantsutrenn	Esmaspäev kell 19.00–20.00	Kristiina Raudnagel 5687 5666
16.	Ringtreening	Kolmapäev kell 18.00–19.00	Tiina Ilves 5550 4737

Põlva Kool, Lina 21 võimla

17.	Võrkpallklubi Volley treeningud	Kolmapäev kell 19.00	Erko Jakobson 5664 3946
18.	Viis Treeningstuudio OÜ, treeningud naistele, meestele, noortele	Teisipäev kell 18.00–19.00 Neljapäev kell 18.30–19.30	Evelin Salandu 5331 3610 evelinvals@gmail.com
19.	Tennis	Teisipäev kell 20.30–22.00 Reede kell 20.00	Elo Toom 5392 3809
20.	Suvisel ajal tennisväljakul trennid	Esmaspäev, kolmapäev, reede kell 18.30	Elo Toom 5392 3809

Põlva Päevakeskus, Uus tn 2, paevakeskus@polva.ee, tel 5199 4334

21.	Tervisevõimlemine	Esmaspäev kell 9.00, kell 10.00, 11.00 Reedel kell 9.00, kell 10.00, 11.00	Helje Põvvat 517 7891
-----	-------------------	---	--------------------------

Vastse-Kuuste kultuurimaja

22.	Tervisevõimlemine	Esmaspäev kell 18.00	Küllä Volmer 5302 2793
-----	-------------------	----------------------	---------------------------

Põlva Kool Tilsi maja, kontaktisik Piia Roost, tel 5592 2825			
23.	Jumping	Teisipäev ja neljapäev kell 19.00	Piia Roost
Põlva kool, Kesk 25			
24.	Zumba	Kolmapäev kell 17.30 (peeglisaalis)	Greta Varb 5621 7554
Mooste Kultuurimaja			
25.	Indiaca	Esmaspäev kell 19.00	Raimund Otsmaa 522 6496
		Kolmapäev kell 19.00	
26.	Tervisevõimlemine naistele	Esmaspäev kell 19.00 galeriis Neljapäev kell 19.00 galeriis	Vaike Kumari 504 2466
27.	Lauatennis meestele ja naistele	Neljapäev kell 18.00	Agnar Pirnpuu 5687 6245
Põlva Kultuurikeskus(tantsusaali pikendus)			
28.	Tai Chi ja Chi Kung	Teisipäev kell 18.00–19.30	Viktor Palmet 512 8188
		Neljapäev kell 18.00–19.30	
Ahja Kultuurimaja			
29.	Võimlemine	Neljapäev kell 18.30–20.00	Maris Põkka 5656 6642
Tilsi staadionimaja jõusaal			
30.	Jõusaali treening	Avatud iga päev 8.30–22.00 vajalik eelnevalt registreerida	Kätlin Piirimaa 5612 2066
Pubi Vana Vaksal, Jaama 63A			
31.	DARTS	Esmaspäev kell 18.00–23.00	Davis Kostõgov 529 4002
Taevaskoja külamaja saal, Taevaskoja tee 3, www.lattekoda.eu			
32.	Kundalini jooga algajatele ja uuesti alustajatele	Kolmapäev kell 18.00–19.30	Kaja Bleive 5615 3222
33.	Kundalini jooga edasijõudnutele	Neljapäev kell 18.00–19.30	Kaja Bleive 5615 3222
Võluvõru saal, Räpina mnt 12, Võru			
34.	Kundalini jooga uuesti alustajatele ja edasijõudnutele	Esmaspäev kell 17.00–18.30	Kaja Bleive 5615 3222
Algajatele mõeldud tunnis alustame rahulikult ja liigume samm-sammult, et tutvuda kundalini jooga põhimõtete ning erinevate tehnikatega. Edasijõudnute tundides saavad osalejad süvendada oma praktikat, liikuda teadlikumalt edasi ning uurida kundalini jooga võimalusi põhjalikumalt. Varasem joogaõpingute kogemus ei pea tingimata olema kundalini joogast – oluline on valmisolek oma praktikasse süveneda.			
Mammaste Discgolfipark			
35.	Discgolf	Rada avatud huvilistele lume tulekuni. Võistlussarjade info FB Mammaste Discgolfipark	Marion Kull 5354 4927
Intsikurmu, Mammaste kõnnirajad ja suusarajad			
36.	Kõndimine ja suusatamine	Rajad on huvilistele avatud kasutamiseks aastaringsest sõltuvalt ilmastikuoludest ja suusaradade valmistamise võimalustest.	Markus Käo 5594 5171
MTÜ Põlva Talitsuklõja			

37.	Talisuplus	Hooaeg november - aprill. Aeraatoriga tagatud jääauk 24/7. Info FB Talisuplus Põlvas.	Ardi Kikerman 5837 9974
JÕUSAALI TREENINGUD Põlvas, Tuglase 5 , teraapiagrupp.com,			
38.	Treeningud koos juhendajaga	aeg kokkuleppel maja avatud E-R kell 8.30–17.00	INFO 733 3113 või 5628 4994