

			Syyskausi	Voimassa 15.12.2018 asti	Muutokset mahdollisia
Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai
9.00-9.30 Niska-selkä-hartia -jumppa 3€/krt, Emilia	9.00-10.00 Jooga, 5€, Maisa	9.15-10.00 Putkirullailu, 4 €/krt, Emilia		9.00-9.45 Elinvoimaa hengityksen avulla, 5€, Sari	
9.30-10.00 Putkirullailu 3€/krt, Emilia	10.05-11.05 Kehonhuolto senioreille, 5€/krt, Sari	10.00-10.45 Kahvakuula, 4 €/krt, Emilia	10.00-11.00 Äijajooga, 5€, Liisa	10.00-10.45 Vatsa- ja pakaramuokkaus, 4€/krt, Emilia	
10.00-10.45 Vatsa- ja pakaramuokkaus, 4€/krt, Emilia	11.15-12.30 Pilates, alkeet, 7 €/krt, Sari		11.15-12.15 Sydänjooga, 5€, Liisa		
	12.40-13.55 Pilates, jatko, 7 €/krt, Sari		11.15-12.00 Kahvakuula rannalla, 4€/krt, Emilia		12.45-13.30 LastenTanssi 4-7v, Anna
13.30-14.30 Asahi, 5€, Anders			12.30-13.15 Syvävenyttely, 4€ Emilia		13.30-14.15 Dance 8-12v, Anna
14.35-15.20 Tanssien tasapaino (19.11. asti), 3€/krt Salla&Mikael	14.00-15.00 Äijatreeni, 5€/krt Santeri				14.30-16.30 Tiiviskurssit, 20 €/2h, Anna (29.9.)
15.25-15.55 HIIT, Pedro-sali (19.11. asti), 3 €/krt, Mikael					
16.00-17.00 PariLavaTanssit, 10€/krt Anna	16.00-16.45 Lasten tempukkoulu, 4€, Emilia	16.30-17.15 Lasten liikunta, 4 €/krt, Emilia			
17.00-18.00 SooloSalsa, 10 €/krt, Anna					
18.00-18.45 Lasten flamenco,8 €/krt, Marianna	17.10-18.10 Sevillanas, 5€/krt, Susanna	17.30-18.30 Taaperosirkus, 5 €/krt, Emilia	17.00-18.00 PariLattarit, 10 €/krt,Anna		
18.55-19.55 Aikuisten flamenco, 10€/krt, Marianna	17.00-18.00 Kahvakuula rannalla, 5€/krt, Emilia				
	18.10-18.55 Dance 13-17v, Anna		18.00-19.00 SooloLattarit,10 €/krt, Anna	18.00-18.45 Niska-selkä-hartia -jumppa, 4€/krt, Emilia	
	19.00-20.00 PariLattarit,10 €/krt, Anna	18.45-19.45 Vatsa- ja pakaramuokkaus, 5€/krt, Emilia	19.00-20.00 Zumba, 5€/krt, Riina	18.45-19.45 Aerobic,(23.11. asti), 3€, Salla	
	20.00-21.00 SooloLattarit,10 €/krt, Anna				