

**VALOISAN SALIN KESÄKAUSI 29.5.-3.9.2023 / Valoisan salin kesäloma 12.-30.7.2023**

**KESÄ-HEINÄKUU 29.5.-11.7.**

**ma**

18.00-19.00 Slow Flow + Yin

19.15-20.15 Peter Hess® -sointukylpy +  
meditaatio

**ti**

18.00-19.00 Latinohips

19.15-20.30 Flowjooga

**ke**

18.00-19.00 Grupo Luminoso  
(esiintyvä tanssiryhmä)

**to**

18.00-19.00 Aerial Flow: voimakas

19.15-20.15 Aerial Flow: rento

**ELOKUU 31.7.-3.9.**

**ma**

18.00-19.15 Yintonic Qi

19.30-20.30 Peter Hess® -sointukylpy +  
meditaatio

**ti**

18.00-19.00 Latinohips

19.15-20.30 Flowjooga / taso 1

**ke**

18.00-19.00 Biletanssi

19.15-20.15 Voima + liikkuvuus

**to**

18.00-19.00 Aerial Flow / voimakas

19.15-20.15 Aerial Flow / rento

**pe**

17.45-18.45 Aerial Flow / voimakas

19.00-20.15 Grupo Luminoso

**su**

17.45-18.45 Kuntotanssi

19.00-20.30 Flowjooga / taso 2

**KESÄN 2023 WORKSHOPIT**

La 27.5. klo 10 Aerial-startti / 90 min

Su 4.6. klo 18 Flowjooga: Shakti / 2 h

Su 18.6. klo 18 Flowjooga: Shiva / 2 h

Ma 26.6. klo 10 Sound of Shen: Joy / 2 h

La 12.-Su 13.8. Tutustumisviikonloppu  
(kts. erillinen aikataulu)

La 19.8. Samba Brasileiro / 2 h

La 26.8. Voima & liikkuvuus / 2 h

Ma 28.8. Sound of Shen / 2 h