

VALOISAN SALIN TUNTIKALENTERI / kevät 2024 (7.1.–25.5.2025)

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
17.45–18.45 Danças Latinas Kaikki tasot Rauna	17.45–18.45 Step Aerobic Kaikki tasot Kirsi	17.30–19.00 Ashtangajooga Alkeis-jatko Viivi	18.00–19.00 Aerial Flow Kaikki tasot Maiju	17.30–18.45 Yinjooga Kaikki tasot Kirsi	Katso myös erillinen workshop- aikataulu!	17.45–18.45 Kuntotanssi Kaikki tasot Hanna
19.00–20.15 Yinjooga Kaikki tasot Kirsi	19.00–20.30 Flowjooga Taso 1 Kirsi	19.20–20.20 Aerial Flow Kaikki tasot Maiju	19.15–20.30 Soft Flowjooga Kaikki tasot Kirsi	19.00–20.15 Grupo Luminoso / Kohti karnevaaleja Kirsi / Hanna		19.00–20.30 Flowjooga Taso 2 Kirsi

PERJANTAIN TANSSITUNNIT

10.1.–28.3. Grupo Luminoso, esiintyvän ryhmän harjoitukset

4.4.–6.6. Kohti karnevaaleja, tanssiharjoitukset

KEVÄÄN 2025 JOOGAN ALKEISKURSSIT

Jooga la & su 11. ja 12.1. klo 10.00–12.30 / 2 x 2,5 h / Kirsi Helstelä

Aerial-jooga su 12.1.–2.2. klo 16.00–17.15 / 4 x 1 h 15 min / Maiju Kymäläinen