

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI
		12.00 Osteoporoosijumppa 45 min. / Liisa, Senja	
13.00 Tanssijumppa 60 min. / Senja			
17.15 FysioJOOGA 60 min. / Senja (Taso 1.)	18.00 FysioTEHO Pyöräily 30 + core 30 / Liisa	18.00 FysioHIIT 45 min. / Liisa	17.30 R-V-P 50 min. / Essi
18.45 Kahvakuula 45 min. / Tanja			18.30 FysioJOOGA 60 min. / Senja (taso 2.)