

Äitiysliikunta	Aerial & kehonhuolto
----------------	----------------------

*Mama* -kurssit raskausaikaan

*Baby* -kurssit synnytyksestä palautumiseen

*Ilmatunnit* sekä muut

*kehonhuoltotunnit*

# Kevätkausi 2024

2. jakso: 26.2.-7.4.2024 / 6 vkoa

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>10:30</b> <b>BabyBarre</b> Tuuli	<b>10:30</b> <b>BabyPower</b> Hedvig	<b>10:30</b> <b>BabyPilates</b> Hedvig	<b>10:30</b> <b>BabyDance</b> Tuuli			
<b>12:00</b> <b>BabyPower</b> Tuuli	<b>12:00</b> <b>BabyPilates</b> Hedvig		<b>12:00</b> <b>BabyYoga</b> Tuuli			
<b>17:00</b> <b>MamaPilates</b> Minnamari	<b>17:00</b> <b>MamaCore</b> Hedvig	<b>17:00</b> <b>MamaYoga Aerial</b> Tuuli				<b>17:00</b> <b>Ilmajooga basic</b> Kati
<b>18:15</b> <b>Faskia kehonhuolto</b> Anne	<b>18:15</b> <b>Pilates</b> Anne	<b>18:15</b> <b>Ilmajooga flow</b> Heli	<b>18:15</b> <b>MamaBarre</b> Vivi			<b>18:15</b> <b>Hot yinjooga 75min</b> Kati
<b>19:30</b> <b>Pilates</b> Anne	<b>19:30</b> <b>Ilmapilates basic</b> Anne	<b>19:30</b> <b>Ilmajooga basic</b> Heli	<b>19:30</b> <b>Barre</b> Vivi			<b>19:45</b> <b>Hot yinjooga 75min</b> Kati

*Pidätämme oikeuden muutoksiin.*