

Äitiysliikunta

Aerial & kehonhuolto

Mama -kurssit raskausaikaan

Ilmatunnit sekä muut

Baby -kurssit synnytyksestä palautumiseen

kehonhuoltotunnit

Kesäkurssit 2026

18.5.-14.6.2026 / 4 vkoa

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10:30 BabyPower Maija	10:30 BabyPilates Hedvig	10:30 BabyCrosstraining Miia	10:30 Vauvasirkus Kukka			
12:00 BabyPilates Maija	12:00 Vauvasirkus Hedvig	12:00 BabyPilates Miia	12:00 BabyBarre Annina			
17:00 MamaCore Miia		17:00 MamaPilates Maija	17:00 Barre Sonja			
18:15 Core & kehonhuolto Miia	18:15 MamaBarre Sonja	18:15 Pilates Anne	18:20 MamaYoga Aerial Tuuli			18:00 Ilmajooga Kati
19:30 Pilates Minnamari	19:30 Barre Sonja	19:35 Ilmapilates Anne				19:15 Hot yinjooga & äänimaljat 75min Kati

Pidätämme oikeuden muutoksiin.