



JÄRVENPÄÄN VOIMISTELIJAT RY

AIKUISTEN RYHMÄLIKUNNAN VIIKKO-OHJELMA 24.8.2020-9.5.2021



	Tunnit	Paikka	Ohjaaja
MAANANTAI			
18.00-19.00	KUNTOMIX	Saunakallion koulu	Anne
19.30-20.30	KUNTOLATTARIT	Vihtakadun koulu	Anne
TIISTAI			
10.00-11.00	DANCEFIT	Oma halli, Lepola	Julianna
18.00-19.00	RVP reisi-vatsa-pakara	Louhela	Mira
KESKIVIikko			
18.45-19.45	KUNTOPIIRI	Vihtakadun koulu	Tomi
20.00-21.00	TANSSIMIX+VENYTTELYT	Oma halli, Lepola	Julianna
TORSTAI			
10.00-11.00	AAMUVIRKUT	Oma halli, Lepola	Julianna
18.00-18.50	TANSSIVIEKÖÖN	Louhela	Krisse
18.50-19.45	PILATES+KEHONHUOLTO	Louhela	Krisse
LAUANTAI			
10.00-11.00	KUNTOMIX	Yhteiskoulun yläkoulu s.2	Kiertävä ohjaaja
SUNNUNTAI			
17.00-18.00	TANSSIVIEKÖÖN	Mankalan koulu	Minna
18.00-19.00	FASCIAMETHOD	Mankalan koulu	Minna

**AVOIMET OVET AIKUISTEN RYHMÄLIKUNTATUNNEILLA VIIKOLLA 35
SEKÄ VIIKOLLA 2, TULE VELOITUKSETTA TUTUSTUMAAN!**

JUMPPAKORTTIEN HINNAT

60 krt KORTTI	280€
30 krt KORTTI	150€
10 krt KORTTI	50€
Yli 65v.	-10%
+ Jäsenmaksu 15€ kaudelle 2020-2021	



TANSILLISEN VOIMISTELUN RYHMÄT AIKUISILLE!

TORSTAI

18.30-19.30	IHANAISSET, kilpaileva	Haarajoen koulu	Arja
20.00-21.00	IKINAISSET, esiintyvä	Haarajoen koulu	Arja

SUNNUNTAI

17.30-19.00	IKINAISSET, esiintyvä	Oma halli, Lepola	Tiina
19.00-21.00	IHANAISSET, kilpaileva	Oma halli, Lepola	Arja

JOUKKUEVOIMISTELUA AIKUISILLE, UUSI TEAM MAMAS!

TIISTAI

19.30-20.45	TEAM MAMAS	Oma halli, Lepola	Julianna
-------------	------------	-------------------	----------



VOIMISTELU

Lisätietoja ja ilmoittautuminen

WWW.VOIMISTELIJAT.COM

0452764798