

# Naantalin Voimistelijoiden kesäjummat 2019

## Aikuisten ja lasten aikataulu

### MAANANTAI

<b>17.00-17.45</b>	<b>Hyppynarutunti yli 7v.</b>	<b>(13.5.-17.6.)</b>	<b>Suopellon koulu</b>	<b>Pauliina</b>
18.00-18.50	Kesäjumppa (ulkona)*	(13.5.-17.6. ja 29.7.-19.8.)	Suopellon nurmikenttä	Pauliina
19.00-19.45	Kahvakuula (ulkona)*	(13.5.-17.6. ja 29.7.-19.8.)	Suopellon nurmikenttä	Pauliina

### TIISTAI

18.15-19.15	Powercircuit	(4.6.-25.6. ja 30.7.-6.8.)	Suopellon punttisali	Pentti
18.30-19.30	BailaDance	(4.6.-6.8.)	Suopellon koulu	Hilla
19.30-20.30	Venyttely	(4.6.-6.8.)	Suopellon koulu	Hilla

### KESKIVIIKKO

18.00-19.00	Body	(5.6.-26.6. ja 31.7.-7.8.)	Tatamisali	Riitta
19.00-20.00	Kehonhuolto	(5.6.-26.6. ja 31.7.-7.8.)	Tatamisali	Riitta
19.15-20.00	Toiminnallinen ulkotreeni	(15.5.-19.6., ei 5.6.)	Kokoontuminen Suopellon nurmikentällä	Mari

### TORSTAI

<b>17.30-18.30</b>	<b>Akrobatia yli 7 v.</b>	<b>(6.6.-25.7.)</b>	<b>Tatamisali</b>	<b>Anette</b>
19.00-20.00	Kesäbattery	(6.6.-27.6. ja 1.8.-8.8.)	Urheilutalo	Julia

**HINTA: Aikuisten tunnit 30€ NVO:n jäsenille, muille 50€ tai 4€/krt**

**Lasten- ja nuorten tunnit 15€ NVO:n jäsenille, muille 35€ tai 3€/krt**

Ilmoittautuminen seuran jäsenrekisteriohjelman kautta.

Erillistä ilmoittautumista ei tarvitse tehdä, jos tulet kertamaksulla, riittää kun tulet paikalle. TERVETULOA LIIKKUMAAN!

\* Säävarausta, seuraa ilmoittelua nettisivuilta



Lisätiedot [www.nvo.fi](http://www.nvo.fi)