

# RYHMÄLIIKUNTA KEVÄT 2025

VIKKOTUNNIT 13.1.-4.5.2025

## MAANANTAI

**DANCEMIX**  
**18.00-18.55**

Tasala  
Venla Veistola

**PUMPPI**  
**19.00-19.55**

Tasala  
Venla Veistola

**KUNTOBALETTI**  
**19.15-20.30**

Tasalan pikkusali  
Tuire Saira

**KEHONHUOLTO**  
**20.00-20.45**

Tasala  
Venla Veistola

## TIISTAI

**KAHVAKUULA**  
**17.45-18.30**

Kaanaan koulu  
Susanna Leppämäki

**HIIT+CORE**  
**18.30-19.15**

Kaanaan koulu  
Susanna Leppämäki



## KESKIVIIKKO

**DANCEPARTY**  
**19.30-20.15**

Kuloisten koulu  
Salla Pylkkönen

**BODYPILATES**  
**20.15-21.00**

Kuloisten koulu  
Salla Pylkkönen

## TORSTAI

**NHS**  
**18.00-18.30**

Tasala  
Tero Haapasalmi

**RVP**  
**18.30-19.25**

Tasala  
Tero Haapasalmi

**TOIMINNALLINEN**  
**18.45-19.40**

Kerttula  
Tanja Siltanen

**KEHONHUOLTO**  
**19.45-20.30**

Kerttula  
Tanja Siltanen

## LAUANTAI

**POWERSTEP**  
**09.30-10.30**

Tasala  
Tuire Saira

**KUNTOBALETTI**  
**10.30-11.45**

Tasala  
Tuire Saira

## SUNNUNTAI

**BODY**  
**16.50-17.40**

Tasala  
Kati Saarinen

**JOOGA**  
**17.45-18.45**

Tasala  
Kati Saarinen

Kausimaksu 120 €  
(rajaton osallistuminen)

Kymppikortti 80 €

Seuran jäsenmaksu 20 €/vuosi