

AIKUISET

JUMPPAA
KOKO VUOSI

n. 3,5 € / VK

MAANANTAI

10:00-11:00
Asahi / Venyttely
VaVo sali

18:00-19:00
Zumba Fitness®
Roukko F/C

18:00-18:45
Vesijumppa
Hoikun allas

18:00-19:00
Les Mills Bodypump®
Posti

19:00-20:00
Les Mills BodyBalance®
Posti

TIISTAI

10:00-11:00
Voimaa & Vireyttä
VaVo sali

17:00-18:00
Hyvän olon jumppa
Posti

18:15-19:15
Miesten kehonhuolto
Posti

18:15-19:15
Muokkaus
Roukko F/A

KESKIVIikko

10:30-11:30
Keskiviikkopunti
Liikuntahallin alasali

11:30-12:30
Kehonhuolto
Painisali

18:00-19:00
Lavis
Posti

18:00-19:00
Miesten kuntotunti
Naakka A

19:00-20:00
Les Mills BodyBalance
Posti

TORSTAI

9:45-10:30
Vauvatreeni
Posti

10:45-11:45
Lavis
Liikuntahalli B- ja C-
osat

17:30-18:30
Toiminnallinen treeni
Ulkona/Posti

18:30-19:30
Kunto&Keho
Posti

PERJANTAI


7:00-7:45
Les Mills BodyBalance
Hoiku

10:00-11:00
Hyvää oloa ja tanssia
VaVo sali

11:15-12:15
Miesten teematunti
VaVo sali

17:00-18:00
Kahvakuula
Posti

 @VaVoVoimistelu

 @Valkeakoskenvoimistelijat
@vavo_joukkuevoimistelu
@vavo aerobicgymnastics
@vavo_showtanssi
@vavocheershiningstars

#meidänvavo
#valkeakoskenvoimistelijat



VAVO.FI

Valkeakosken Voimistelijat ry
Mottitie 2, 37600 Valkeakoski
puh 044 974 3630 / toimisto@vavo.fi

Tarkemmat tuntikuvaukset, muutokset, hinnat ja liikuntapaikkojen osoitteet löydät vavo.fi.

ILMOITTAUDU JUMPPAKAUDELLE JA KURSSEILLE
VaVo.fi