

AIKUISET

IKILIIKE

KUNTOTREENI

TANSSITREENI

KEHONHUOLTO

MAANANTAI

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

18:00-19:00
Zumba Fitness®
Roukko F / A

18:00-19:00
Body
Tietola R

TIISTAI

12:00-13:00
Tiistaipuntti
Kerhis Gym

18:00-19:00
Miesten Kunto & Keho
Tietola

18:00-19:00
Pumppi
Tietola R

19:10-20:10
Flow
Tietola R

KESKIVIIKKO

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

18:00-19:00
Kuntotanssi
Tietola

19:00-20:00
Pilates
Tietola

SEURAA MEITÄ SOMESSA

 @VaVoVoimistelu
 @valkeakoskenvoimistelijat
 @vavo_joukkuevoimistelu
 @vavo aerobicgymnastics
 @vavo_dance
 @vavo_cheer
 @vavofinland

TORSTAI

09:45-10:30
Tunnetta ja tanssia
VaVo sali

10:30-11:30
Lavis
VaVo sali

11:30-12:15
Kehonhuolto
VaVo sali

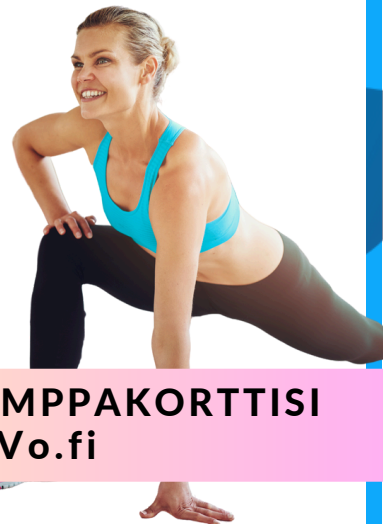
12:15-13:15
Miesten teematunti
VaVo sali

18:00-19:00
Teematorstai
(Vain erikseen ilmoitetut viikot)
Tietola R

PERJANTAI

11:00-11:45
Tuolijumppa
VaVo sali

17:30-18:30
Kahvakuula
VAAO



OSTA OMA JUMPPAKORTTISI
 **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.