

ESPOON TIKKA

JUMPPA | Kevät 2016



TIKAN JUMPAT KAKSI KERTAA VIIKOSSA
SU 19-20 JA KE 19-20

KEVÄTKAUSI ALKAA SU 10.1. & KE 13.1.

PAIKKA | Iivisniemen alakoulun liikuntasali (Arttelikuja)

AIKA | su klo 19-20, vastuuohjaaja Milja Seppälä

ke klo 19-20 (myös miehille), vastuuohjaaja Eija Kormi

Osallistumismaksu 55 €/jumppa/kevätkausi. Molemmissa ryhmissä vähintään 16 jumppakertaa, poikkeusaikatauluista tiedotetaan erikseen.

Toiminnallista, monipuolista ja tehokasta liikuntaa ammattitaitoisten ohjaajien vetämänä. Tunnit sopivat kaiken kuntoisille ja ikäisille. Kesto 55-60 min.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot sähköpostilla tai paikan päällä ennen tuntia. Maksut viitesierrolla, ei käteismaksua.

SU 19-20: lea.mikonsaari@espoontikka.fi

KE 19-20: eija.kormi@kolumbus.fi

RYHMISSÄ TILAA MYÖS UUSILLE LIIKKUJILLE!