



## Itä-Vantaan Urheilijat Ry:n Jumpat aikuisille ja lapsille

LÄNSIMÄEN KOULULLA PALLASTUNTURINTIE 27

G-Rapusta sisään saliin ja pukuhuoneisiin.

Maanantaisin klo 19.30-20.30 perusjumppaa Teresan ohjaamana

Keskiviikkoisin klo 18.30-19.30 Salsamix kuubalaista tanssia Juanin ohjaamana

Torstaisin lasten tanssia klo 17.00-20.00 4-14-vuotiaille Länsimäen koululla  
Emilian ohjaamana kolmessa eri ryhmässä

RAJAKYLÄN KOULULLA LATUKUJA 1.

Sisään koulun takaa jyrkkiä portaita ylös saliin ja pukuhuoneisiin.

Keskiviikkoisin Lapsi-Aikuinen jumppaa klo 17.15-18.00

Keskiviikkoisin Lasten jumppaa 3-6-vuotiaille klo 18.15-19.00

Keskiviikkoisin Miesten jumppaa klo 19.00-20.30 Kuntogubbet

Torstaisin Seasonal joogaa Hannan ohjaamana klo 17.30-18.30

Tervetuloa tutustumaan jumppiin ja tansseihin.

Ilmoittautumiset ja tiedustelut [www.ivu.fi](http://www.ivu.fi)