



# LIIKU, LEIKI JA LOISTA

## Joulujummat 2018



## PALVELUT

- PIENRYHMÄVALMENNUKSET (LAPSET, PERHEET, AIKUISET)
- FEEL GOOD -PERSONAL TRAINING
- HIERONTA JA FYSIOTERAPIA (ÄITIYSFYSIOTERAPIA)
- KOULUTUS JA TYÖHYVINVOINTI
- PSYKKINEN VALMENNUS
- SYNTTÄRIT

VIKKI Asukastalo Kunto  
Ma 17.12. klo 19 – 20.30 Kehonpainotreeni+kehonhuolto

MAUNUNNEVA Pk Kalinka  
Ti 18.12. klo 17.30-18.15 Perhetreeni 2-6v.  
Ti 18.12. klo 18.20 – 19.20 Kehonpainotreeni  
Ti 18.12 klo 19.25 – 20.25 Jooga

VIKKI Asukastalo Kunto  
Su 23.12. klo 19 – 20.30 Lihaskunto + liikkuvuustreeni

VIKKI Asukastalo Kunto  
Su 6.1. klo 19 – 20.30 Kehonpainotreeni+kehonhuolto

VIKKI Asukastalo Kunto  
Ma 7.1. klo 19 – 20.30 Kehonpainotreeni+kehonhuolto

MAUNUNNEVA Pk Kalinka  
Ti 8.1. klo 17.30-18.15 Perhetreeni 2-6v.  
Ti 8.1. klo 18.20 – 19.20 Kehonpainotreeni

SITOVAT ILMOITTAUTUMISET: reetta@liikuleikiloista.fi

KERTAMAKSU: 10€

2x KORTTI: 16€

3x KORTTI 21€

5x KORTTI 30€

ANYTIME 35€