

# KEVÄT 2021

HYVINVOINTIA JA  
LIKUNNAN ILOA  
RENNOLLA TWISTILLÄ



**SANKARI-  
TAIDOT**

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	<b>ÄITI-VAUVA ULKOTREENI</b> 10:00-10:45 Oulunkylä / Satu <b>ÄITI-VAUVA PILATES</b> 11:00-11:45 Oulunkylä / Satu <b>KEHONHUOLTO ONLINE</b> 11:30-12:05 Facebook / Tiina <b>KEPPARIJUMPPA</b> <b>6-8v. UUSI</b> 16.05 - 16.50 Oulunkylä / Kati <b>NINJATEMPPIILU</b> <b>4-6v.</b> 17 - 17:45 Oulunkylä / Kati <b>PRINSESSA-JUMPPA 3-5V.</b> 17:55-18:40 Oulunkylä / Kati <b>KEHONPAINOTREENI</b> 18:45 - 19:45 Oulunkylä / Kati <b>HATHAJOOGA UUSI</b> 19:45 - 20:45 Oulunkylä / Reetta <b>FEEL GOOD</b> 19:45 - 20.30 Kati	<b>CHEER &amp; DANCE KIDS 8-11v.</b> 15.55 - 16:40 Oulunkylä / Laura <b>URHEILEVAN LAPSEN SANKARITAIIDOT®</b> 16:15-17:45 Viikki / Arttu, Johanna <b>TANSSITEMPPUILU</b> <b>7-9v.</b> 16:45 - 17.30 Oulunkylä / Laura <b>SKIDIAKRO</b> <b>5-7v.</b> 17.35 - 18.20 Oulunkylä / Laura <b>BOOTCAMP</b> 18:25 - 19:25 Oulunkylä / Lotta Tiina, Johanna, Arttu <b>KROPPA KUNTOON</b> 19:30-20:30 Oulunkylä / Lotta Tiina, Johanna, Arttu	<b>SANKARITAIIDOT®</b> <b>8-11V.</b> 16:00-16:55 Oulunkylä / Arttu, Johanna <b>SUPERSANKARI-KURSSI 6-8V.</b> 17:00-17:45 Oulunkylä / Arttu, Johanna <b>SUPERSANKARI-KURSSI 4-5v.</b> 17.50-18:35 Oulunkylä / Johanna <b>KUNTONYRKKEILY</b> 18:40-19:40 Oulunkylä / Tiina <b>CORE + CROSSTRaining</b> 19:40 - 20:40 Oulunkylä / Tiina	<b>FASCIAMETHOD UUSI</b> 7:00-8:00 Ogeli / Tiina <b>ÄITIEN HYVINVOINTI ** UUTTA **</b> ??? <b>ÄITIEN HYVINVOINTI ** UUTTA **</b> ??? <b>STREETDANCE</b> <b>8-11v. UUSI</b> 16:30 - 17:15 Oulunkylä / Reetta <b>TANSSITEMPPUILU</b> <b>4-5v.</b> 17:20- 18:05 Oulunkylä / Reetta <b>SKIDIAKRO</b> <b>6-8V. UUSI</b> 18:10-18:55 Oulunkylä / Reetta <b>FEEL GOOD &amp; RELAX</b> Vaihtuva teema Workshop	<b>MUUTOS-VALMENNUS</b> 8:45 - 10:00 Ogeli / Anu <b>HYVINVOINTIA MIELELLÄSI UUSI</b> 9:00 - 10:00 Ogeli / Anu <b>MINDFULNESS</b> 10.10 - 10.55 Oulunkylä / Anu <b>NINJATEMPPIILU</b> <b>4-6v.</b> 10:15-11:00 Oulunkylä / Kati <b>PRINSESSAJUMPPA</b> <b>3-5v.</b> 11:10-11:55 Oulunkylä / Kati <b>SKIDITEMPPU-KOULU 6-9V.</b> 12:05-12:50 Oulunkylä / Kati <b>KEPPARIJUMPPA</b> <b>4-6v. UUSI</b> 13.00 - 13:45 Oulunkylä / Kati	<b>SUPERSANKARI-KURSSI 3-4v.</b> 10:00-10:45 Oulunkylä / Johanna <b>TANSSITEMPPUILU</b> <b>5 - 7v.</b> 10:50-11:35 Oulunkylä / Johanna <b>CHEER &amp; DANCE KIDS 6-9v.</b> 11:40 - 12:30 Oulunkylä / Laura <b>KROPPA KUNTOON</b> 18.30 - 19.30 Ogeli / Tiina <b>CORE + CROSSTRaining</b> 19:35 - 20.35 Ogeli / Tiina

www.liikuleikiloista.fi / johanna@liikuleikiloista.fi / Oulunkylän studio, Siltavoudintie 9

PIDÄTÄMME OIKEUDEN MUUTOKSIIN