



HAKA GYM



Iloa ja elämyksiä, ole hyvä!

JUMPPAKALENTERI AIKUISET Kevät 9.1.-13.5.2012

Maanantai

Kuntojumppa <i>6.2. alkaen</i>	Pingissali	10.30-11.30	Y	Heidi Kiuru
Kiinteytys	Roukko	19.00-20.00	N	Kirsi Mäkinen Inka Pakkanen
Les Mills BODYCOMBAT®	Sorrila	17.30-18.30	Y	Kirsi Mitikka Kati Sandroos Tarja Mustanoja

Tiistai

Les Mills BODYSTEP®	Sorrila	17.30-18.30	Y	Ann-Mari Everi
Kunnon Leidit	Roukko	19.00-20.00	N	Siru Rohola

Keskiviikko

Gym Pump	Sorrila	18.15-19.15	Y	Kati Sandroos Tarja Mustanoja
Kuntotanssi	Roukko	19.00-20.00	N	Sari Slawuta
Veny ja rentoudu	Painisali (liikuntahalli)	18.30-19.30	Y	Sirkku Tuomisto Hanna Kekkonen

Torstai

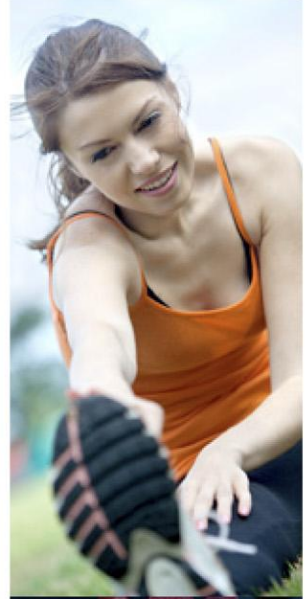
Zumba®	Naakka	19.00-20.00	Y	Minna Pakkanen
--------	--------	-------------	---	----------------

Perjantai

Vauvatreeni	Liikuntahalli C-osa	10.00-11.00	Y	Pauliina Rauhamäki
Päiväjumppa	Liikuntahalli C-osa	11.00-12.00	Y	Pauliina Rauhamäki
Les Mills BODYCOMBAT®	Sorrila	17.00-18.00	Y	Kati Sandroos Kirsi Mitikka Tarja Mustanoja

Sunnuntai

Body 75	Sorrila	17.00-18.15	Y	Ohjaajaryhmä
---------	---------	-------------	---	--------------



Hyvässä seurassa on ilo liikkua!®

SUOMEN VOIMISTELULIITTO



ZUMBA
fitness



www.hakagym.fi