



# KUNTOKIKAN RYHMÄLIKUNNAT

KESÄ 2022 30.5. alkaen.

TIME	17.00-18.00	18.00-19.00	19.00-20.00
<b>MAANANTAI</b>	Zumba ® /Sanna	Kiinteytys/Terhi	Vinyasajooga/Terhi (20.15. asti) Pilates/Sirpa
<b>TIISTAI</b>	SummerDance/Sanna	Barre®/Sanna KLO 18.05-19.05	Ilmajooga/Terhi KLO 18.15-19.15
<b>KESKIVIIKKO</b>	Lihaskuntotreeni/Sirpa	Zumba®/Terhi	Lempeä jooga/Terhi
<b>TORSTAI</b>	Kiinteytys/Sirpa	Kehonhuolto & Core/Sirpa	
<b>PERJANTAI</b>	KLO 9.30-10.30 Aamutreeni/Emma		
<b>SUNNUNTAI</b>	Barre®/Sanna	Yin jooga/Emma (19.15. asti)	

Pidätämme oikeudet tunti- ja ohjaajamuutoksiin.

**Varaa paikkasi [www.kuntokikka.fi](http://www.kuntokikka.fi)**  
(Puistojoogiin ei ennakkoilmoittautumista)

## JÄRJESTÄMME PUISTOJOOGATUNTEJA SIRKKALAN PUISTOSSA


**TI klo 17-18**

**TO klo 18-19**

Tunnit järjestetään sää- ja ohjaajatilanteen mukaan, ja niistä ilmoitetaan aina Facebook - ja nettisivuillamme. Ota mukaan oma matto! Puistojoogan hinta 5€

Maksu käteisellä, pankkikortilla tai liikuntaetuisuuksilla.

KUUKAUSIKORTTILAISILLE  
VELOTUKSETTA!

 puh. 0447922635

 Nurmeksentie 4

 [info@kuntokikka.fi](mailto:info@kuntokikka.fi)