

Korian Naisvoimistelijat ry jumppakalenteri kevät 2019					
	Tanssi Mix	Tenavat	Nopsaniikat	Kehonhuolto	Syke ryhmä
päivä	16:30-17:15	17:30-18:00	18:00-18:40	18:45-19:30	19:35-20.20
7.1.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Tanssi Mix	Step
14.1.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Reisi/vatsa/pakara	Kahvakuula
21.1.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Venyttely	Zumba
28.1.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Reisi/vatsa/pakara	STRONG by Zumba
4.2.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Tanssi Mix	Step
11.2.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Reisi/vatsa/pakara	Kahvakuula
18.2.2019	Marja	Anu/Kata		Venyttely	Zumba
25.2.2019	Talviloma ei jumppia tällä viikolla				
4.3.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Tanssi Mix	Step
11.3.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Reisi/vatsa/pakara	Kahvakuula
18.3.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Venyttely	Zumba
25.3.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Reisi/vatsa/pakara	STRONG by Zumba
1.4.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Tanssi mix	Step
8.4.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Reisi/vatsa/pakara	Kahvakuula
15.4.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Venyttely	Zumba
29.4.2019	Marja	Anu/Kata	Anu/Kata	Reisi/vatsa/pakara	STRONG by Zumba
YHDISTYKSELLÄ ON OIKEUS MUUTOKSIIN !					