

1.9. alkaen

Ohjatut ryhmät



Ti
altaassa
lämmitetty
vesi

TI
vauvauintia
klo 10:30

MAANANTAISIN

17:15-18:15 KUNTOSALI

18:30-19:30 LIHASKUNTOJUMPPA

TIISTAISIN

12:00-12:45 RAUHALLINEN VESITREENI

13:00-13:45 REIPAS VESITREENI

18:00-19:00 FASCIA METHOD

19:15-20:15 TANSSIKSI

Kansalais-
opisto

TORSTAISIN

**15:00-16:00 SENIORIJUMPPA JA
VENYTTELY**

16:30-17:15 REIPAS VESITREENI

17:45-18:45 TEHOVESITREENI



www.virtaala.fi, 044 2571857,
virtaala@virtaala.fi