

KEVÄT 2018

UPM Happy Hour -tunnit

Perjantai klo 17.00

12.1.	Lihaskuntojumppa	Paula
19.1.	Kestävyyskuntopiiri	Emmi
26.1.	Kehonhallinta ja venyttely	Paula
2.2.	Kahvakuulakuntopiiri	Samu
9.2.	RVP reisi-vatsa-pakara	Paula
16.2.	Kestävyyskuntopiiri	Emmi
23.2.	Lihaskuntojumppa	Paula
2.3.	Kahvakuulakuntopiiri	Samu
9.3.	Kehonhallinta ja venyttely	Paula
16.3.	Kestävyyskuntopiiri	Emmi
23.3.	Lihaskuntojumppa	Paula
30.3.	Kahvakuulakuntopiiri	Samu
6.4.	Kehonhallinta ja venyttely	Paula
13.4.	Kestävyyskuntopiiri	Emmi
20.4.	Lihaskuntojumppa	Paula
27.4.	RVP reisi-vatsa-pakara	Samu
4.5.	Kehonhallinta ja venyttely	Paula
11.5.	Kestävyyskuntopiiri	Emmi
18.5.	Lihaskuntojumppa	Paula
25.5.	Kahvakuulakuntopiiri	Samu

