



## OPISTOASEMA lukuvuosi 2019–2020

Syyskausi alkaa 2.9.2019 ja jatkuu 12 opintoviikkoa (ei opetusta syyslomaviikolla 42). Kevätkausi alkaa 7.1.2020 ja jatkuu 13 opintoviikkoa (ei opetusta talvilomaviikolla 9). Tiiviskurssien ajat ilmoitettu kurssin yhteydessä. Muutokset mahdollisia, ilmoitamme muutoksista osallistujille tekstiviestillä.

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	
klo 9.00–10.00 <b>8301240NV VENY-TELLEN HYVÄÄ OLOA</b> Opistoasema, Viola-sali (Enwald)	klo 8.00–9.00 <b>8301140NV AAMUJOOGA</b> Opistoasema, Viola-sali (Francke)	klo 10.00–11.30 (kevätkausi alk. 15.1.) <b>8301666NV ASAHI HEALTH</b> Opistoasema, Viola-sali (Enwald)		klo 10.00–11.00 (6.9–11.10.19) <b>8301667NS ÄITI&amp;VAUVA-LIHASKUNTO - TIIVISKURSSI 1</b> Opistoasema, Viola-sali (Laitinen)	klo 10.00–11.00 (25.10–29.11.19) <b>8301668NS ÄITI&amp;VAUVA-LIHASKUNTO - TIIVISKURSSI 2</b> Opistoasema, Viola-sali (Laitinen)	klo 10.00–11.30 (14.9–12.10.19) <b>8301242NS VAHVISTU JA VOI HYVIN - HYVÄN OLON LAUANTAIT</b> Opistoasema, Viola-sali (useita ohjaajia)
klo 11.00–12.00 <b>8301442NV SENIORI-PILATES (yli 63 v)</b> Opistoasema, Viola-sali (Saari)	klo 9.15–10.15 <b>8301445NV TUOLIJOOGA SENIOREILLE (yli 63 v)</b> Opistoasema, Viola-sali (Francke)	klo 11.45–12.45 (kevätkausi alk. 15.1.) <b>8301443NV SENIORIEN KUNTOJUMPPA (yli 63v)</b> Opistoasema, Viola-sali (Enwald)	klo 16.30–17.15 <b>1105052NV LASTENTANSSI (5-6 v)</b> Opistoasema, Viola-sali (Kallio)	klo 12.00–13.30 <b>8301043NV PILATES ALKEET 3</b> Opistoasema, Viola-sali (Pasonen)		
klo 16.30–17.15 <b>1105050NV LASTENTANSSI (3-4 v)</b> Opistoasema, Viola-sali (Väisänen)	klo 10.30–11.30 <b>1105044NV ITÄMAINEN TANSSI, PÄIVÄRYHMÄ (yli 63 v)</b> Opistoasema, Viola-sali (Tähtinen)		klo 17.15–18.15 <b>1105046NV LASTEN NYKYTANSSI/JAZZ (7-9 v)</b> Opistoasema, Viola-sali (Kallio)	klo 13.30–15.00 <b>8301148NV YIN-JOOGA</b> Opistoasema, Viola-sali (Pasonen)		
klo 17.15–18.30 <b>1105042NV AIKUIS-BALETTI, ALKEET</b> Opistoasema, Viola-sali (Kallio)			klo 18.15–19.15 <b>1105040NV JAZZTANSSI (aikuiset)</b> Opistoasema, Viola-sali (Kallio)	klo 16.30–17.30 <b>8301744NV LAVIS</b> Opistoasema, Viola-sali (Suutari-Saatsi)		
			klo 19.15–20.15 <b>1105041NV AIKUIS-BALETTI, JATKOTASO</b> Opistoasema, Viola-sali (Kallio)		<b>Sunnuntai</b>	