

## Sfinksin kevät 2014

Ma

Itämainen keski 1 17-18.10/ Saara

Itämainen jatko-edist. 18.15-19.40/ Saara

Masterclass I, II ja III 6x60min 19.45-20.45/ Outi

Ti

Itämaisen alkeet 18.30-19.25/ Saara

Itämainen kehonhallinta 19.30-20.25/ Saara

Ke

Sivanandajooga 12-13.00/ Jutta

PhysioPilates perus & venyt 17-18.25/ Tuuli

Itämainen jatko 18.30-19.55/ Tuuli

Lempeä hathajooga 20.00-20.55/ Tuuli

To

Itämainen tekniikka 17.00-18.10/ Saara

Itämainen tanssi keski 1 18.15-19.25/ Saara

PhysioPilates keski 19.30-20.40/ Tuuli

Pe

Jooga 16.15-17.15/ Jutta

La

Bollywood keski 2 12-12.55/ Ilona

Bollywood alkeet 13-13.55/ Ilona

Parisalsa alkeet 14-14.55/ Matti & Tuuli

KungFu beginners 15-17.00/ Gabriele

Su

PhysioPilates alkeet 11-11.55/ Tuuli

Itämainen alkeet 12-12.55/ Tuuli

Dynaaminen jooga 13-14.10/ Tuuli

Itämainen edist. 14.30-15.40/ Outi

Itämainen tekniikka 15.45-16.30/ Outi

Itämainen tanssi keski 2 16.30-17.55/ Saara

