

# Volare!

HYVINVOINTISTUDIO

## VOLAREN SYKSYN 2021 VIIKKOTUNNIT *(ma 16.8. alkaen)*

Ajanvaraukset osoitteessa:  
[studiovolare.fi/ajanvaraus](https://studiovolare.fi/ajanvaraus)

### Ma

17.00 Barre (Carita)  
18.20 Pilates (Carita)  
19.45 Air Flow (Jonna)

### Ti

17.00 Vuodenaika Yin & Yang Jooga  
70 min. (lämpö) (Jonna)  
18.30 Les Mills Bodybalance™ (Jonna)  
19.45 Air Smooth (Jonna)

### Ke

08.30 Les Mills Bodybalance™ (Jonna)  
16.45 Flow Jooga (lämpö) (Jonna)  
18.00 FasciaMethod (Laura)  
19.20 Air Basic (Kirsi)

### To

17.00 Power Pilates 50 min. (Jonna)  
18.10 Barre (Jonna)  
19.30 Yin Stress Less 75 min. (Jonna)

### Pe

07.00 Air Smooth (Jonna)  
16.15 Les Mills Bodybalance™ (Laura)  
17.45 Extra Teematunnit (hinnoiteltu  
erikseen)

### La

10.30 Cardio Jooga (Kirsi)

### Su

10.30 Les Mills Bodybalance™ (Laura)  
16.20 Air Basic (Kirsi)  
17.40 Barre (Jonna)  
19.00 Kehonhuolto (Jonna)

Airjooga

Pilates

Barre

Jooga

Les Mills Bodybalance™

Kehonhuolto

Hyvinvointistudio Volare

Torikatu 2, 05800 Hyvinkää  
[info@studiovolare.fi](mailto:info@studiovolare.fi)

Puh. 044-568 0599  
[www.studiovolare.fi](http://www.studiovolare.fi)