

Volare!

HYVINVOINTISTUDIO

Hyvinvointistudio Volare

Torikatu 2, 05800 Hyvinkää

Puh. 044-568 0599

info@studiovolare.fi

www.studiovolare.fi

VOLAREN SYKSYN 2022

VIKKOTUNNIT

(voimassa ma 22.8. - su 18.12.)

Ma

17.00 Pilates 1 (Carita)

18.20 Flow Jooga (lämpö) (Jonna)

19.40 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

18.15 Niska-Selkä 55 min. (Laura)

19.30 Air Basic (Kirsi)

To

17.00 Pilates 2 55 min. (Jonna)

18.10 Barre (Jonna)

19.30 Yin Stress Less 75 min.
(lämpö) (Jonna)

Pe

16.15 Les Mills Bodybalance (Laura)

17.45 Extra teematunnit
(saattaa olla hinnoiteltu erikseen)

La

10.00 Extra teematunnit
(saattaa olla hinnoiteltu erikseen)

Su

10.30 Les Mills Bodybalance (Laura)

17.10 Barre (Jonna)

18.30 Yin Stress Less Jooga 75 min.
(lämpö) (Jonna)

Ajanvaraukset osoitteessa:

studiovolare.fi/ajanvaraus

Airjooga

Pilates

Barre

Jooga

Les Mills Bodybalance™

Niska-Selkä