

FYSIO-ESKOLA RYHMÄAIKATAULU KESÄKUU

MAANANTAI			TIISTAI			KESKIVIIKKO			TORSTAI			PERJANTAI			LAUANTAI							
Valtak. Studio	Valtak. TH	Raatim.k. Olesali	Valtak. Studio	Valtak. TH	Raatim.k. Olesali	Valtak. Studio	Valtak. TH	Raatim.k. Olesali	Valtak. Studio	Valtak. TH	Raatim.k. Olesali	Valtak. Studio	Valtak. TH	Raatim.k. Olesali	Valtak. Studio	Valtak. TH	Raatim.k. Olesali					
						12:00 Kehon Huolto																
														14:00 Seniори Voima								
		14.00 Seniори Voima										ULKOJUMPAT Maanantai klo 17:30 Toiminnallinen harjoittelu klo 18:30 Toiminnallinen harjoittelu Tiistai 9:00 Kehonhallinta Keskiviikko klo 17:00 Toiminnallinen harjoittelu klo 18:00 Toiminnallinen harjoittelu Torstai klo 8:00 Kehonhallinta klo 18:30 Ohjattu sauvakävely + keppijumppa Ulkojumpat järjestetään Pusupuiston alueella. Sauvakävelyyn kokoontuminen Ratsupatsaan luona. Muut jumpat järjestetään kesäteatterin suoralla.										
					15.15 Physio- Pilates																	
	16:30 Toiminnallinen harjoittelu (TH)		16:15 Kehon Huolto		16.15 Physio- Pilates	16.15 Physio- Pilates	16:30 TH		16.15 Physio- Pilates													
					17.15 Physio- Pilates					17:15 TH												
18:45 Jomon- Shindo																						

Studio = Valtakatu 38, 5 krs

TH = Toiminnallinen Harjoittelu, Valtakatu 38, 5. krs

Olesali = Raatimiehenkatu 18

Fysio-Eskola 
Fysioterapia- ja KehoKeskus

Fysio-Eskola, Valtakatu 38, 53100 Lappeenranta

puh. 020 743 7290 toimisto@fysio-eskola.fi