

AIKATAULUT:

KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
8 - 9		08.15 - 09.15 Pilates Maarit	8.00-9.30 Method Putkisto Johanna				
9 - 10							
11 - 12							
13 - 14							
16 - 17	16.15 - 17.15 Pilates Maarit						
17 - 18			17.30 - 18.30 Pilates Maarit	17.15-18.15 Feldenkrais Helena			
18 - 19	19.00-20.00 Pilates KirsiMari	18.00 - 19.30 Method Putkisto Johanna		18.30-19.30 Pilates Sari			18.00 - 19.30 Method Putkisto Johanna
19 - 20			18.45-19.45 Pilates Maarit	19.45 - 20.45 Pilates Sari			

HINNAT:

Method Putkisto

Method Putkisto harjoitustunnit (90 min): 1 kerta à 19 € 5 kertaa 90 € 10 kertaa 170 €

Pilates

Pilates harjoitustunnit (60 min): 1 kerta à 17 € 5 kertaa 75 € 10 kertaa 125 €

Feldenkrais

Feldenkrais harjoitustunti (60 min):

ILMOITTAUTUMINEN:

ma-to 13.00-16.00, puh. 040 847 7904

Maarit Vornanen 040 510 5791, Johanna Pyyhtiä 0400 677 229, Helena Lindholm 044 537 7616,

Sari Poikonen 050 3096533, Kirsi-Mari 050 542 7084

e-mail: toimisto@hyvinvointikeskus.com tai johanna.pyyhtia@phnet.fi