

BALETTI EK

Kehonhuoltokurssi

Monikon Marthassa 14. ja 21.4.

Ohjaajana Mervi Valimaa

- ❖ Ohjelmassa kuntotestausta ja yksilöllistä ohjausta voima- ja liikkuvuusharjoitteisiin.
- ❖ Kaikkien läsnäolo ehdottoman tärkeää!

Allegrot klo 11.30–13.00

Adagiot klo 13.00–14.30

HUOM!

Rakkaudesta tanssiin – harjoitukset näyttämöllä perjantaina 16.3.

klo 18.00–18.15 Allegrot

klo 18.15–18.30 Adagiot (soolo)