

HOLVIN VIIKKO-OHJELMA

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	Äänimaljarentoutus, 20.1. ja 3.2.-17.3. klo 18-19 Virpi Pohjalainen, kansalaisopisto*	Karate 16-17.30	Yin ja yang jooga, 15.1.-30.4. klo 17-18.30 Eija Huovinen, kansalaisopisto*			Voimajooga 14-15.30 Yinjooga 16-17.30 Anja Karvonen, www.anjakarvonen.fi **

*Kuopion kansalaisopiston ryhmiin ilmoittautuminen www.kuopionkansalaisopisto.fi, tai opistopalvelut.fi/kuopio, p. 017-184 711 tai käymällä torstai-iltapäivällä kunnantalolla Varpu Vidgrenin luona (2.krs).

** Anjan joogatunneille ilmoitaudutaan joka tunnille erikseen, sopii siis hyvin esim. myös vuorotyöläisille. Muistathan ilmoittautua ajoissa, mielellään viimeistään joogatuntia edeltävänä iltana klo 20 mennessä. Jos tunti toteutuu ja tunnille mahtuu niin toki voit vielä ilmoittautua kyseisenä päivänä. Huom. muutokset tuntien aikatauluihin mahdollisia! Tarkistathan tuntitarjonnan aina kotisivuilta ”varaa tunti” -kohdasta.

Holvin tilavaraukset ja lisätiedot www.holvituusniemi.fi