

# Kalliolan koulun Wellamo-opiston liikunta, tanssi ja terveys kurssit 2017-2018



	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Sunnuntai
16-17		TPO: Nykytanssi 1 (8-12v.) klo 16.15-17.15 Erja Huovilainen Näyttämön tanssisali		
17-18		Lastentanssi 4-5v. Klo 17.15-18.00 Erja Huovilainen Näyttämön tanssisali	Jumppaa taaperon kanssa (lapsi alle 4v.) klo 17.15-18.00 Iita Kaikkonen Liikuntasali	Kalliolan kuntojumppa klo 17.30-18.30 ■ Tuuli Keinonen-Loikas Liikuntasali
18-19	Kalliolan syvä- asahin taito ▲ klo 18.30-19.30 Topi Kankaansivu Liikuntasali	Lastentanssi 6-7v. Klo 18.00-18.45 Erja Huovilainen Näyttämön tanssisali	Kalliolan tehojumppa klo 18.00-18.45 ◆ Iita Kaikkonen Liikuntasali	Kalliolan kehonhuolto klo 18.30-19.30 ▲ Tuuli Keinonen-Loikas Liikuntasali
19-20		TPO: Nykytanssi 2-3 (13- 17v.) klo 18.45-20.00 Erja Huovilainen Näyttämön tanssisali		Kalliolan Zumba Fitness® ■ klo 18.30-19.30 Maija Masalin liikuntasali

● Kevyttä ja helppoa ▲ Kohtuukuormitteista ja helppoa ■ Kohtuukuormitteista ja haasteita tarjoavaa ◆ Kuormittavaa ja haasteita tarjoavaa  
 Vihreällä uudet kurssit Punaisella kurssimuutokset viime lukuvuoteen. (Muutokset mahdollisia)