

ONV:N AIKUISTEN TUNNIT 9.12.-24-12.1.-25

osallistuminen: syksy-24 tai kevät-25 kausikortilla tai kertamaksulla 5 €/t

MAANANTAI		aika:	paikka:	
9.12., 16.12.	* KAHVAKUULA, seniori	13.00–14.00	Ouluhalli, tanssisali	Seija
TIISTAI				
10.12.	* ONV HUOLTO	10.00–11.00	Ouluhalli, tanssisali	Eeva
17.12.	* KUNTOSALI seniori	14.00–15.00	Oulun Uimahallin kuntosali	Seija
10.12.	ONV LATINO	17.30–18.30	Ouluhalli, tanssisali	Eeva
KESKIVIikko				
11.12., 18.12., 8.1.	* ONV LATINO	9.30–10.30	Ouluhalli, tanssisali	Eeva
TORSTAI				
2.1.	KINKUN SULATTELUA	13.30–14.30	Ouluhalli tanssisali	Heidi K.
12.12., 19.12.	JOULUVALO KEHONHUOLTO	18.00–19.00	Ouluhalli tanssisali	Eeva
PERJANTAI				
20.12., 3.1., 10.1.	* ONV HUOLTO	11.00–12.00	Ouluhalli, tanssisali	Eeva
LAUANTAI				
14.12.	ONV LATINO	13.00–14.00	Knuutilankankaan koulu	Heidi H.
14.12.	JOOGA/PILATES	14.00–15.00	Knuutilankankaan koulu	Heidi H.

ONV:N KEVÄTKAUDEN STARTTI ma 6.1.-25 Ouluhalli tanssisali

klo 13.00–13.45 Kuntopiiri, seniori ohj. Seija

klo 13.45–14.30 Voimatanko ohj. Sirpa

klo 14.30–15.15 Aikuisbaletti ohj. Iina

klo 15.15–16.00 Lavis ohj. Anne

klo 16.00–16.30 ONV Huolto ohj. Eeva

tapahtumassa myynnissä kausikortteja ja kertalippuja klo 13-15.45

TERVETULOA! t. ONV:n johtokunta ja ohjaajat