

# AIKUISLIIKKIJAN POLKU

## PERUSRYHMÄT



Lavis

Zumba

Lihaskunto



## VALMENNUSRYHMÄ



Kurjettaret

Lavis

Zumba

Lihaskunto

Perusryhmät ovat avoimia kaikille aikuisliikkujille, myös valmennusryhmäläisille.

Valmennusryhmä Kurjettariin voi hakea linahduksen kautta.

