

	Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai		Perjantai		Lauantai		Sunnuntai		
	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	
	10:00-11:30 MenoMaanantai VAPAA PÄÄSY								9:00-10:00 Hyvän olon jooga AVOIN TASO						
											10:30-11:30 Tanko 1-3	VAPAA TREENIAIKA 10:30-11:30			
16:00	LAPSET KURSSI 16:00-16:50 Parkour alkeet		LAPSET KURSSI 16:30-17:20 Ilma-akrobatia jatko		LAPSET KURSSI 16:30-17:10 Motio kids 4-5v.				LAPSET KURSSI 16:20-17:10 Akrobatia jatko		11:40-12:40 Lempeä ilmajooga AVOIN TASO		AIKUISET KURSSI 16:30-17:30 Tankotanssi alkeet		
17:00	LAPSET KURSSI 17:00-17:50 Parkour jatko		VAPAA TREENIAIKA 17:20-18:20	LAPSET KURSSI 17:20-18:20 Akrobatia edistyneet	LAPSET KURSSI 17:20-18:00 Motio kids 6-8v.		16:40-17:40 Kehitysr ryhmä		AIKUISET KURSSI 17:10-18:10 Ilma-akrobatia alkeet		Varaa tähän itsellesi vaikka yksityistunti tai syntymäpäivät :)		AIKUISET KURSSI 17:30-18:30 Tankotanssi jatko		
18:00	17:50-18:50 Tanko 2-3	LAPSET KURSSI 17:50-18:40 Ilma-akrobatia alkeet	LAPSET KURSSI 18:20-19:10 Tankoakrobatia jatko	VAPAA TREENIAIKA 18:20-19:10	LAPSET KURSSI 18:10-19:00 Parkour edistyneet		17:45-18:45 Tanko 1-2	VAPAA TREENIAIKA 17:45-18:45	AIKUISET KURSSI 18:15-19:15 Ilma-akrobatia jatko				AIKUISET KURSSI 18:30-19:30 Tankotanssi edistyneet		
19:00	LAPSET KURSSI 18:50-19:50 Tankoakrobatia edistyneet	18:50-19:50 Kehonhuolto AVOIN TASO	LAPSET KURSSI 19:20-20:10 Ilma-akrobatia edistyneet		19:10-20:10 Bungee workout AVOIN TASO	19:10-20:10 Vinyasa flow AVOIN TASO	LAPSET KURSSI 18:50-19:40 Tankoakrobatia alkeet	18:50-19:50 Akrobatia ja käsilläseisonta AVOIN TASO	AIKUISET KURSSI 19:15-20:15 Ilma-akrobatia edistyneet				19:40-20:40 Sirkustreenit		
20:00	20:00-21:00 Rentouttava yin-jooga AVOIN TASO		20:15-21:15 Sirkustreenit		20:15-21:15 Restoratiivinen jooga AVOIN TASO		19:50-21:20 Valmennusryhmä								
<p>Kevätkausi 25.1.-2.5.2021 (ei tunteja talvilomma 1.-7.3, pääsiäisenä 2.-5.4. eikä vappuna 1.5.) Lasten KURSSIT sinisellä. Aikuisten KURSSIT keltaisella. Viikkotunnit vihreällä. Lukujärjestys on suuntaa antava ja tunnit/kurssit saattavat vaihdella viikoittain. Tarkista tarkat tunnit ja kurssit varaaheti.fi/motio. Lisätietoja ja viikkotuntien hinnasto motio.fi. Pidätämme oikeuden muutoksiin.</p>															