

	Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai		Perjantai		Lauantai		Sunnuntai			
	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali	Tankosali	Sirkussali		
												Lempeä ilmajooga AVOIN TASO		14:00-15:00 Kehitysryhmä		
16:00	LAPSET KURSSI 16:00-16:50 Parkour alkeet/jatko				LAPSET KURSSI 16:30-17:10 Motio kids 4-5v.				LAPSET KURSSI 16:40-17:30 Ilma-akrobatia jatko		Tanko 1-3		VAPAA TREENIAIKA		15:00-16:00 Sirkustreenit	
17:00	LAPSET KURSSI 17:00-17:50 Parkour jatko/edistyneet		VAPAA TREENIAIKA 16:30-17:30		LAPSET KURSSI 16:30-17:30 Akrobatia edistyneet		LAPSET KURSSI 17:20-18:00 Motio kids 6-8v.		LAPSET KURSSI 17:00-17:50 Ilma-akrobatia alkeet		AIKUISET KURSSI 17:30-18:30 Ilma-akrobatia alkeet		AIKUISET KURSSI UUTUUSI Twerkkauk alkeet		16:00-17:30 Valmennusryhmä	
18:00	17:50-18:50 Tanko 2-3	LAPSET KURSSI 18:00-18:50 Akrobatia jatko	LAPSET KURSSI 17:30-18:20 Tankoakrobatia jatko		17:30-18:30 Akrobatia ja käsilläseisonta AVOIN TASO		18:10-19:10 Bungee workout AVOIN TASO	VAPAA TREENIAIKA 18:10-19:10		LAPSET KURSSI 17:50-18:50 Tankoakrobatia edistyneet		AIKUISET KURSSI 18:30-19:30 Ilma-akrobatia jatko		AIKUISET KURSSI 17:30-18:30 Tankotanssi edistyneet		
19:00	Kehonhuolto ja liikkuvuusharjoittelu 18:50-19:50 AVOIN TASO		18:30-19:30 Tanko 1-2		Kehonhuolto ja liikkuvuusharjoittelu 19:15-20:15 AVOIN TASO		19:00-20:00 Sirkustreenit				Varaa tähän itsellesi vaikka yksityistunti tai syntymäpäivät :)		AIKUISET KURSSI 18:30-19:30 Tankotanssi jatko			
20:00	20:00-21:00 Rentouttava yin-jooga AVOIN TASO		LAPSET KURSSI 19:30-20:20 Tankoakrobatia alkeet		20:15-21:15 Restoratiivinen jooga AVOIN TASO		20:00-21:00 Koreotunti: hammock, rengas ja tanko AVOIN TASO						AIKUISET KURSSI 19:30-20:30 Tankotanssi alkeet			

Syyskausi 2021: 30.8.-5.12.2021 (ei tunteja syyslomaviikolla vko 42)  
Lasten KURSSIT sinisellä. Aikuisten KURSSIT keltaisella. Viikotunnit vihreällä. Punaisella vasta elokuussa varmistuvat tunnit ja kurssit sekä niiden aikataulut.  
**Lukujärjestys on suuntaa antava ja tunnit/kurssit saattavat vaihdella viikoittain. Tarkista tarkat tunnit ja kurssit varaaheti.fi/motio.**  
Lisätietoja ja viikotuntien hinnasto motio.fi. Pidätämme oikeuden muutoksiin.