

Jumppalukkari Haukipudas (muutokset punaisella, peruttu Asahi ke 17.30 Jatulin tarha):

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai
<p>15.00 Senioriitta Opiston tanssisali</p> <p>16-17.30 Alkuillan jooga Kirkonkylän koulu</p> <p>17-18.30 Kuntojumppa Martinniemen koulu</p> <p>17.30-19 Jooga alkeet/keskitaso Kirkonkylän koulu</p> <p>19-20.30 Jooga jatkotaso Kirkonkylän koulu</p>	<p>9.30-11 Seniorijooga Kellon nuorisoseurantalo</p> <p>17.30 Teemajumppa Kirkonkylän koulu</p> <p>18.30 Kuntorykkeily naisille Kirkonkylän koulu</p> <p>18.30 Kahvakuula Aseman koulu</p>	<p>9.15 Litteä vatsa & vahva selkä Opiston tanssisali</p> <p>10.30-12 Niskahartiaseudun ja selänhyvinvointi Opiston tanssisali</p> <p>16-17.30 Äijäjooga Kirkonkylän koulu</p> <p>16.30 Kuntojumppa Kiviniemen koulu</p> <p>17.30 Tehomuokkaus Kiviniemen koulu</p> <p>17.30 Joogaa selälle Kirkonkylän koulu</p> <p>17.30 Lavis-lavatanssikurssi Jatulin tarha</p> <p>18.30 Kahvakuula Kirkonkylän koulu</p> <p>18.30 Senioriitta Jokikylän koulu</p> <p>19-20.30 Jooga alkeet/keskitaso Parkumäen koulu</p> <p>19.30 Vatsa-peppu-reisijumppa Kirkonkylän koulu</p>	<p>9.30-11.00 Seniorijooga Opiston tanssisali</p> <p>11.15-12.45 Seniorijooga Opiston tanssisali</p> <p>17.30-19.00 Flowjooga Länsituulen päiväkot</p> <p>18-19 Folkjam Päiväkoti Jatulin tarha</p> <p>18.30 Body challenge Haukiputaan lukio</p> <p>19-20 Lavis-lavatanssikurssi Päiväkoti Jatulin tarha</p> <p>19-20.30 Niskahartiaseudun ja selän hyvinvointi Länsituulen päiväkot</p>

Jumppalukkari Kiiminki - Ylikiiminki - Yli-Ii (muutokset punaisella, peruttu BodyChallenge ti 17):

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai
<p>17.30 Latinmix Väläkylän päiväkot, Kiiminki</p> <p>17.30-19 Flowjooga Ylikylän koulu, Kiiminki</p> <p>18.00 Kuntojumppa Vorelli, Yli-Ii</p> <p>19-20.30 Niskahartiaseudun ja selän hyvinvointi Ylikylän koulu, Kiiminki</p>	<p>10.00 Litteä vatsa & vahva selkä Syke, Kiiminki</p> <p>11-12.30 Niskahartiaseudun ja selän hyvinvointi Syke, Kiiminki</p> <p>17.00 Lavis-lavatanssikurssi Alakylän koulu, Kiiminki</p> <p>18.00 Kahvakuula Kiimingin lukio</p> <p>19.00 Vatsa-peppu-reisijumppa Kiimingin lukio</p> <p>19.30-21 Jooga alkeet Vesalan koulu, Ylikiiminki</p>	<p>17.45 Vatsa-peppu-reisijumppa Jäälän koulu</p> <p>18.00 Kuntojumppa Kiimingin lukio</p> <p>18.45-19.30 Putkirullaus Jäälän koulu</p>	<p>17.30 Litteä vatsa & vahva selkä Väläkylän päiväkot, Kiiminki</p> <p>18-19 Lavis-lavatanssikurssi Vorelli, Yli-Ii</p> <p>18.30 Lavis-lavatanssikurssi Väläkylän päiväkot Jääli</p> <p>19.30-20.30 Kahvakuula Väläkylän päiväkot, Jääli</p> <p>19.00 Kahvakuula Harjunksaari, Ylikiiminki</p> <p>20.00 Vatsa-peppu-reisijumppa Harjunksaari, Ylikiiminki</p>