



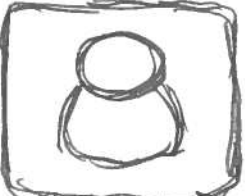
PÄÄVALIKKO

12.00

8

OMA PROFIIILI

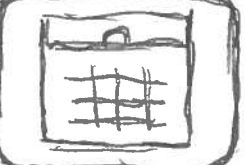
12.00



OMA  
PROFIILI



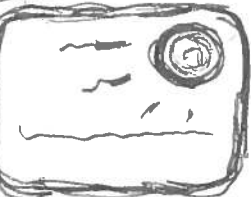
OMA  
EDISTYMINEN



TAPAHTUMA-  
KALENTERI



PÄIVÄKIRJA



VAPAAEHTOISET  
HARJOITTEET



VIESTIT

(5)



PAATTI



PAATTI



TAPAHTUMA-  
KALENTERI

12.10



VAPAAEHTOISET  
HARJOITTEET

12.15



LIIKUNTA KÄVELY  
HUOMENNA KLO 12.00  
KESTO: 30 minuuttia



RENTOUTUSHARJOITUS  
KESTO: 30 minuuttia



HYVINVOINTIKYSELY  
TIISTAINA 9.3 KLO 13.00



RENTOUTUSHARJOITUS  
KESTO: 60 minuuttia



KÄVELY  
TORSTAINA 11.3 KLO 14.00  
KESTO: 45 minuuttia



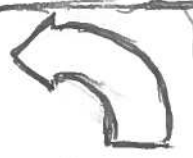
LIIKUNTAHARJOITUS  
JUOKSU  
KESTO: 45 minuuttia



AIVOJUMPPA  
TORSTAINA 18.3 KLO 18.00



LIIKUNTAHARJOITUS  
LENKKI



NÄYTÄ  
RÄSTIT

NÄYTÄ  
TULEVAT



ÄÄNI-  
HARJOIT-  
TEET

VIDEO-  
HARJOIT-  
TEET