

KEVÄT | 2025

VAUVAJUMPPA ja perheliikunta

0-4 vuotiaille



Ilmoittaudu
tapanilanera.fi

www.tapanilanera.fi

KEVÄTKAUSI

7.1.-28.4.2025

Taaperojumppa- ja perheliikuntatunnit on tarkoitettu 1-4 -vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen. Tunneilla harjoitellaan monipuolisesti perusliikuntataitoja: liikkumis-, tasapaino- ja välineiden käsittelytaitoja. Vanhemmat ovat aktiivisesti mukana jumpassa kannustaen, tukien ja esimerkkiä näyttäen sekä itse mukana temppuillen.

Maanantai

Aika	Tunti	Tila	Ohjaaja
16.45-17.30	PERHELIIKUNTA 1-2 V.	SALI 4	SANNA V.
17.30-18.15	PERHELIIKUNTA 3-4 V.	SALI 4	SANNA V.

Tiistai

17.15-18.00	PERHELIIKUNTA 2-3 V.	SALI 4	HENNA U.
18.00-18.45	PERHELIIKUNTA 3-4 V.	SALI 4	HENNA U.

Torstai

10.30-11.25	ÄITI-VAUVA JOOGA	SALI 4	JOHANNA P.
-------------	------------------	--------	------------

Perjantai

10.15-11.00	TAAPEROJUMPPA 1-2 V.	SALI 4	HENNA U.
-------------	----------------------	--------	----------

Sunnuntai

09.30-10.15	PERHELIIKUNTA 2-3 V.	SALI 4	JULIA L.
10.15-11.00	PERHELIIKUNTA 3-4 V.	SALI 4	JULIA L.

Tunnit pidetään Tapanilan Urheilukeskuksella (Erätie 3).

Syyskauden hinnat:

Perheliikunta: 128 €/lapsi tai 163 €/useampi lapsi

Taaperojumppa: 128€

+ Tapanilan Erä ry:n vuoden 2025 jäsenmaksu.

Äiti-vauva jooga 145 €, kertamaksu 15 €,

saa käydä korvaamassa muilla joogatunneilla ilman vauvaa

