

PNV LASTEN JA NUORTEN LIIKUNNAN LUKUJÄRJESTYS 2025-2026

	MA						TI				
10-14	Perhegym 1-3v. 10:00-10:45 Barre				PERHELIIKUNTA						
					VOIMISTELULLINEN						
	Vauvajumppa 4-7kk 11:00-11:45 Barre	Perhehulinat* 12:30-14:00 Move			TEMPPUILU						
					LIIKKARI		*Yhteistyössä Helsingin kaupungin kanssa				
			TANSSILLINEN								
16-19	Rytminen voimistelu 9-11v 16:00-17:15 Barre	Showtanssi alkeet 10-13v 16:45-18:00 Dance	Voimistelu- koulu Satutanssi 5-6v 17:00-18:00 Pukinmäki	Voimistelu- koulu Temppuulu 3-4v 17:00-18:00 Torpparin- mäki	Akro 7-8v 16:15-17:30 Move	Voimistelu- koulu Temppuulu 5-6v 17:00-18:00 Kuninkaan- tammi	Rytminen voimistelu 7-8v 16:45-18:00 Paloheinäntien väistökoulu	Perhe- hulinat* 17:00-18:30 Kuninkaan- tammi	Perheliikkari 2-3v 17:15-18:00 Move	Tanssillinen Voimistelu Stara 8-11v. 16.15-17.30 Barre Sirpa	
	Voimistelu- koulu 5-6v 17:15-18:15 Barre	Dancemix 8-10v 18:00-19:00 Dance	Voimistelu- koulu Satutanssi 3-4v 18:00-19:00 Pukinmäki	PerheGym 1-3v 18:00-18:45 Torpparin- mäki	Voimistelu- koulu Temppuulu 5-6v 17:30-18:30 Move	Voimistelu- koulu Temppuulu 3-4v 18:00-19:00 Kuninkaan- tammi	Dancemix 6-8v 18:00-19:00 Paloheinäntien väistökoulu		Liikuntaleikki -koulu 4-5v. 18:00-19:00 Move	Showtanssi alkeet 7-9v 17:30-18:30 Dance	
	KE				TO			PE		LA	
10-11	Vauva- jumppa 7-12kk 11:00-11:45 Barre				Liikuntapaikat: - PNV Liikuntakeskus, salit Move, Dance ja Barre - Pakilanpuiston koulu - Paloheinän koulu - Postipuisto, Postivarikko - Pukinmäenkaaren pk, peilisali - Torpparinmäen koulu - Veräjälakson koulu						Perhe- liikkari 2-3v 10:15-11:00 Barre
										Liikunta- leikkikoulu 4-5v 11:00-12:00 Barre	
SU											
14-15	Open Move 10-15v 14:00-16:00 Move				Open Move 7-12v 14:30-16:30 Move						
16-19	Akro 7-8v 16:30-17:45 Move	Tanssillinen Voimistelu 7-10v. 16:15-17.30 Dance	Voimistelu- koulu Satutanssi 3-4v 17:00-18:00 Pakila	Voimistelu- koulu Temppuulu 5-6v 17:00-18:00 Postipuisto	Voimistelu- koulu 5-6v 17:00-18:00 Paloheinän- tien väistökoulu	Voimistelu- koulu 5-6v 17.00-18:00 Veräjä- laakso	Joukkue- voimistelu 7-10v 16:45-18:00 Dance	Voimistelu- koulu Temppuulu 3-4v 17:00-18:00 Move	Akro 7-8v 16:45-18:00 Torpparin- mäki	Voimistelu 6-12v., GE kenttä- ohjelma 16-17 Move	Perhepeuhu 16-18 Move
	Sporttikoulu 7-10v 18:15-19:30 Paloheinä	Voimistelu- koulu Temppuulu 5-6v 18:00-19:00 Paloheinä	Voimistelu- koulu Satutanssi 5-6v 18:00-19:00 Pakila	PerheGym 1-3v 18:00-18:45 Postipuisto	Voimistelu- koulu 3-4v 18:00-19:00 Paloheinän- tien väistökoulu	Voimistelu- koulu 3-4v 18.00-19:00 Veräjä- laakso	Mysteria Showtanssi Stara 7-9v. 18:00-19:00 Dance Vera	Voimistelu- koulu Temppuulu 5-6v 18:00-19:00 Move	Akro 9-12v 18:00-19:15 Torpparin- mäki	Vimma/ Puhti, Akro- temppuulu 13-22v* 17:00-18:00 Move	
								Serenia Showtanssi Stara 8-9v. 18:30-19:30 Barre Sofia			