

Varala Convention 2025 Lukujärjestys

VARALA

Lauantai 1.2.	Halli 1	Voimistelusali 1	voimistelusali 2
9.00-10.00	Ilmoittautuminen ja tuotetoriin tutustuminen		
10.00-11.00	Soul Fusion / Mirka Niininen	Aivoterveys / Tupu Nordström	Lavis / Elina Kuitunen
11.15-12.15	SportCoctail / Annu-Ridanpää-Taittonen	Liikkuvuus ja motoriikka / Veli-Matti Hemmo	Lihaskalvot ja fascia / Elina Björk
12.15-13.30	Lounastauko ja tuotetoriin tutustuminen		
13.30-14.30	Cardio Energy No Jumping / Katja Laaksonen	Keppijumppa / Piia Taurula	Barefoot / Julia Hilden
14.45-15.45	Vahvat Kädet, Teräs Pakarat ja VatsaSelkä / Tarja Leppälä	Shapes 45` / Ashley Von Schulman	Aroma Flow / Katja Laaksonen
16.00-17.00	Lempeä Yin / Minni Suni		
17.00-18:00	Allas ja sauna käytössä		