Suomenlahdentie 1, 02230, Espoo

10.10.2023 tiistai

# 10.10.2023 tiistai

## 10:00-11:05 Tuolijumppa ja kehonhuolto

Monipuolista jumppaa pääasiassa tuolilla istuen. Lihaksia voimistavia, venyttäviä ja rentouttavia liikkeitä. Tervetuloa!