** SuPer Kouvola ao. 708** Hei SuPerilainen, nyt Sinulla on tilaisuus **tutustua ilma-/pussijoogaan,**osallistumalla SuPer ao. 708 järjestämään joogatuntiin.  
  
Omavastuu tunnista **5 euroa/ henkilö**  
Aika : Keskiviikko 18.8 2021 klo 17.00 alkaen (kesto 60min)  
Paikka: Lady Line Kouvola ohjaaja Jonna Falck  
 Kauppamiehenkatu 4, 45100 Kouvola  
   
Tunti täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä ja tunnille mahtuu 15 henkilöä   
 SuPer ao 708 jäsenet voivat ilmoittautua ilma-/ pussijoogatunnille Kirsi Haapalalle   
Sitovat ilmoittautumiset viimeistään **13.8 mennessä** **tekstiviestillä 0405967338** ,jossa sinun nimi ja viesti ”pussijooga”  
 **Voit lukea lisää ilmajoogasta** [**https://www.ladyline.fi/fi/toimipisteet/kouvola/ilmajooga/**](https://www.ladyline.fi/fi/toimipisteet/kouvola/ilmajooga/)

Varaa tunnille kainalot peittävä paita ja polvitaipeiden yli ulottuvat housut ja puhtaat sukat.   
Ota pois terävät korut ja kellot, varmista, että vaatteissasi ei ole vetoketjuja. **Nyt kannattaa osallistua SuPerin tarjoamaan mahdollisuuteen lähde kokeilemaan joogaa vaikka SuPer kaverin kanssa**  **TERVETULOA   
 OTA AIKA ITSELLESI JA KOE JOTAIN EHKÄ SINULLE UUTTA**   