

# MONALIIKU'S GROUPS FOR SPRING 2018

- ALL THE GROUPS ARE FREE OF CHARGE -

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
<p><b>HELSINKI</b> <b>EXERCISE FOR WOMEN</b></p> <p><b>Mondays</b> <b>11:00-12:00</b> <i>08.01 – 23.04.2018</i></p> <p>Herttoniemen asukastalo <b>Ankkuri</b> Paasivaarankatu 6, Helsinki</p> <p>In cooperation with Helsinki City</p>	<p><b>HELSINKI</b> <b>FOOTBALL FOR WOMEN</b></p> <p><b>Tuesdays</b> <b>17:00-18:00</b> <i>09.01 – 24.04</i></p> <p><b>PalloMylly (sisähalli)</b> Pikajuoksijakuja 9, Myllypuro</p> <p>In cooperation with Helsinki Sport Department</p>	<p><b>HELSINKI</b> <b>EXERCISE FOR WOMEN</b></p> <p><b>Wednesdays</b> <b>17:00-18:00</b> <i>10.01 – 25.04</i></p> <p><b>Laakavuoren ala-aste</b> Jänkäpolku 1, Helsinki</p> <p>In cooperation with Helsinki City</p>	<p><b>HELSINKI</b> <b>SPORTS GROUP FOR WOMEN</b></p> <p><b>Fridays</b> <b>12:30-13:30</b> <i>19.01 – 11.05</i></p> <p><b>Kettutien nuorisotalo</b> Kettutie 8B, Herttoniemi</p> <p>In cooperation with Suomen Diakoniaopisto</p>		
<p><b>ESPOO</b> <b>GYM TRAINING FOR WOMEN</b></p> <p><b>Mondays</b> <b>15:30-17:00</b> <i>22.01 – 21.05</i></p> <p><b>Kannusillanmäen väestösuoja</b> Kannusillankatu 4 Espoon Keskus</p> <p>REGISTRATION IS REQUIRED</p>	<p><b>ESPOO</b> <b>DANCE4DIVERSITY BOLLYWOOD DANCECLASSES</b> For girls over 10 years</p> <p><b>Tuesdays</b> <b>16:30-17:30</b> <i>09.01 – 24.04</i></p> <p><b>Tiistilän koulu</b> Peilisal Tiistilänkuja 4, Matinkylä</p> <p>In cooperation with Espoo Sport Department</p>	<p><b>ESPOO</b> <b>EXERCISE WITH A BALL FOR WOMEN</b></p> <p><b>Wednesdays</b> <b>13:00-14:00</b> <i>24.01 – 16.05</i></p> <p><b>Kannusillan urheiluhalli,</b> pallotilusal Kannusillankatu 4</p> <p>In cooperation with Espoo Sport Department</p>		<p><b>ESPOO</b> <b>BADMINTON ABC FOR WOMEN AND GIRLS</b></p> <p><b>Saturdays</b> <b>12:00-14:00</b> <i>13.01 – 28.04</i></p> <p><b>Saarnilaakson koulu</b> Hösmärintie 1, Espoon Keskus</p> <p>In cooperation with Espoo Sport Department</p>	<p><b>ESPOO</b> <b>CAPOEIRA FOR THE WHOLE FAMILY</b></p> <p><b>Sundays</b> <b>14:00-15:30</b> <i>14.01 – 29.04</i></p> <p><b>Storängens skola</b> Rehtorinkuja 4 Espoonlahti</p> <p>In cooperation with Espoo Sport Department</p>

Please contact us, whether you have any questions.

Register to the groups via our Webpage: <https://www.monaliiku.fi/ryhmat-groups/>

Send e-mail: [toimisto@monaliiku.fi](mailto:toimisto@monaliiku.fi).

Call or send a message: 050-5906345

Facebook: <https://www.facebook.com/Monaliiku/>

Monaliiku pidättää oikeuden liikuntaryhmiä koskeviin muutoksiin.

**MONIKANSALLISTEN  
NAISTEN HYVINVOINTI  
JA LIIKUNTA**



Monaliiku