



# LIIKEÄLY

**TUNTIEN TEEMA  
ON PYSTYLINJAUKSEN VAHVISTAMINEN**

**6.6. KLO: 18.15-19.45**

tarkastellaan mitä saadaan linjauksessa aikaan lapojen,  
hartioiden ja yläselän kautta.

**13.6. KLO: 18.15-19.45**

vaikutus linjaukseen jalkojen kautta.

**8.8. KLO: 18.15-19.45**

linjausta tutkitaan lantion kautta.

Ohjaaja: Sirpa Tarvonen

Lisätietoja: <https://movementintelligence.fi/>



**Joogahuone**  
*Helsingin Joogayhdistys ry*

