

# Ystävänäpäivä Nia -Playshop

**Kulttuuritalo Valveella**  
**13.-14.2.2010**

Teemana  
~Joy of Movement & Five Sensations~

Tule tanssimaan ja löytämään  
liikkumisen iloa kehostasi viiden  
tuntemuksen: joustavuuden, ketteryyden,  
liikkuvuuden, voiman ja tasapainon avulla.

**Tervetuloa uudet ja vanhat  
Nian harrastajat!**

## Aikataulu

LA: 1. Nia-tunti 16.30-18.00 (Taija)  
2. Jami-intro 18.00-18.30  
(Sini&Hanna)  
3. Nia-jamit 18.30-19.30  
SU: Nia-tunti 11.00-12.30  
(Sini&Hanna)

## Hinnat

- Nia-tunnit 10/8 €  
- Nia-jamit 12/10 € (tarjous: tuo  
ystäväsi ilmaiseksi)  
- Koko viikonloppu 30/20 €  
- Yksi päivä LA 20/15 €,  
SU 10/8 € (Nia-tunti)

Taija Puirava  
Certified Nia Blue Belt  
Teacher  
taijania@gmail.com  
050-5183278  
www.taijania.com

Sini Vuorialho  
Certified Nia Blue Belt  
Teacher  
sini.vuorialho@gmail.com

Hanna Suvanto  
Certified Nia White Belt  
Teacher  
hannasuv@gmail.com