

KEHITTÄVÄ VIIKKO 52/2025

MAANANTAI

Koko kehoa
avaava ja
virkistävä
joogavartti

15 min

TIISTAI

Lempeästi
virkistävä slow
flow -jooga

22 min

KESKIVIIKKO

Jouluinen
metsäretki Oskun
ja Krisun kanssa

11 min

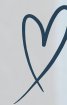
TORSTAI

Pikkasen tiukempi
joogaflow

35 min

PERJANTAI

LEPOPÄIVÄ



LAUANTAI

Oskun ja Krisun
pelit ja leikit –
treeni koko
perheelle!

14 min

SUNNUNTAI

Tasapainoinen
hathaflow

51 min