

NAANTALIN OPISTON TYÖ- JA TOIMINTASUUNNITELMA LUKUVUODELLE 2020-2021

Lukuvuosi

Syyslukukausi 10.8.-20.12.2020

Syysloma 12.10.-18.10.2020

Kevätlukukausi 11.1.-31.5.2021

Talviloma 22.2.-22.8.2021

Opetukseton päivä kiirastorstai 1.4.2021

Naantalin opiston työkaudet

Syyskausi 31.8.-29.11.2020

Kevätkausi 11.1.-11.4.2021

Kuvataidekoulun työkaudet

Syyskausi 24.8.-6.12.2020

Kevätkausi 11.1.-2.5.2021

Opetuksen järjestäminen

Opintoryhmät kokoontuvat työkausien aikana opetusohjelman mukaisesti (ks. opetusohjelma liite). Kursseja voidaan järjestää kysynnän mukaan myös työkauden ulkopuolella esim. kesäkuukausina. Opisto järjestää lyhytkursseja ja pitempiä koko työkauden kestäviä kursseja. Opetustarjonnassa on lähiopetuskursseja ja verkkokursseja. Verkkokurssitarjontaa on jonkin verran lisätty. Verkko-opetus toteutetaan yhteistyökumppaneiden kanssa, joilla on tarjota sähköiset oppimisympäristöt. Naantalin opistolla ei ole toimivaa sovellusta reaaliaikaiseen ”face-to-face” etäopetukseen. Käytössä on tällä hetkellä vain ilmaissovelluksia ja opettajien itsensä hankkimia maksullisia lisenssejä (esim. Zoom). Opiston Peda.net oppimisympäristö mahdollistaa etäopetuksen, mutta ei reaaliaikaista etäopetusta.

Opistotoiminta ja Covid 19

Alkava toimintavuosi on opistolle haasteellinen koronaepidemian vuoksi. Opisto kiinnittää huomiota opiskelijoidensa ja henkilöstönsä turvallisuuteen ja noudattaa toiminnassaan opetusviranomaisten ja Terveystieteiden tutkimuskeskuksen ohjeita ja suosituksia. Kurssien maksimiosallistujamääriä on pienennetty liikunta-, tanssi-, jooga- ja joissakin kädentaitoryhmissä. Näin opetuksessa pystytään pitämään turvaetäisyydet. Yhteiskäyttöiset opetus- ja työvälineet puhdistetaan desinfioivalla liinalla. Kaikissa opintoryhmissä käydään läpi lyhyt toimintaohje turvallisuudesta (käsi- ja yskimishygienia, turvavälit, ei sairaana kursseille). Epidemiatilannetta seurataan aktiivisesti. Etäopetukseen siirtyminen on mahdollista vain rajallisesti.

Opiskelijat ja opetus opistossa

Vapaan sivistystyön koulutuksen tavoitteena on edistää ihmisten monipuolista kehittymistä, hyvinvointia sekä kansanvaltaisuuden, moniarvoisuuden, kestävän kehityksen, monikulttuurisuuden ja kansainvälisyyden toteutumista. Vapaassa sivistystyössä korostuu omaehtoinen oppiminen, yhteisöllisyys ja osallisuus. (Laki

vapaasta sivistystyöstä 29.12.2009/1765). Naantalin opiston alkavan toimintakauden opetustarjonta vastaa em. tavoitteisiin monipuolisella, joustavalla, eri-ikäiset ja erilaiset oppijat huomioon ottavalla opetustarjonnalla. Opetustarjontaa on koko saaristokaupungin alueella.

Opiston strategisten tavoitteiden mukaisesti opetustarjonta on laadukasta, monipuolista ja vastaa alueen asukkaiden tarpeisiin ja väestörakenteen muutokseen. Työttömien, senioreiden ja erityisryhmien opiskelua tuetaan Opetushallituksen myöntämällä opintoseteliavustuksella. Opistolla on kehittämissuunnitelma vuosille 2020-2021. Kehittämisen painopisteenä on verkko-opetus ja lasten ja nuorten kuvataidekoulun laatu ja arviointi.

Suunnitellut opetustunnit

Opetushallituksen valtionosuuteen hyväksymä tuntimäärä vuodelle 2020 on 6129 tuntia. Tunnin yksikköhinta 84,37 €. Valtionosuus opiston ylläpitäjälle yhteensä 294 749 €

Opetustunteja on suunniteltu lukuvuodelle 2020-2021 yhteensä n. 6800 tuntia. Opetustuntien toteutumisen suurin haaste on koronaepidemian tuoma epävarmuus opetuksen toteutumisessa ja musiikin soitinopetuksen tunnit saaristoalueella.

Suunnitellut tunnit aineen pääluokan mukaan:

AINEEN PÄÄLUOKKA	SUUNNITELLUT TUNNIT
Avoin yliopisto, Ikääntyvien yliopiston luennot	12
Taiteen perusopetus, kuvataidekoulu	412
Kulttuuri, historia, kirjallisuus	141
Kielet	1148
Tietotekniikka	122
Kuvataiteet ja muotoilu	514
Liikunta, terveys, hyvinvointi	1207
Musiikki	1231
Kädentaidot	1191
Luennot, luentokurssit	40
Kotitalous, maa- ja metsätalous	60
Erityisryhmien opetus	78
Lasten ja nuorten kurssit (ei taiteen perusopetus)	268
Verkkokurssit, kielet	214
Verkkokurssit, muuta aineet	213

Henkilökunta ja yhteistyökumppanit

Naantalin opistossa työskentelee päätoimisesti rehtori Erja Launiala, suunnittelijaopettaja Jenny Verta opistosihteri Paula Neuvonen (70 %) ja iltavahtimestari Mika Nieminen (60 %). Lisäksi opistossa työskentelee 86 sivutoimista tuntiopettajaa. Suunnittelijaopettaja Jenny Verta suunnittelee ja koordinoi taito- ja taideaineiden opetuksen ja kuvataidekoulun toiminnan.

Opisto tekee alkavanakin toimintakautena laajasti yhteistyötä eri tahojen kanssa. Verkko-opetusta toteutetaan yhteistyössä Mikkelin kansalaisopiston, Jyväskylän kesäyliopiston, Helsingin suomenkielisen työväenopiston, Raisio-opiston, Loimaan työväenopiston, Paimion opiston ja Rockway Oy:n kanssa. Lisäksi yhteistyötä tehdään Varsinais-Suomen käsi- ja taideteollisuus ry:n, Naantalin teatteri ry:n ja Naantalin kaupungin eri toimijoiden kanssa (esim. liikunta- ja kulttuuripalvelut).

Opisto on mukana kolmessa Opetushallituksen rahoittamassa kehittämishankkeessa:

1. *Digitaidot tarjottimelle -hanke*, Aurala koordinoiva opisto. Hankkeessa mukana yhdeksän kansalaisopistoa.
2. *Yhdessä enemmän-hanke*, Paimion opisto koordinoiva opisto. Opistojen henkilöstön koulutushanke, jossa on mukana kymmenen kansalaisopistoa.
3. *Arvoista arviointiin ja taiteen perusopetuksen arvostukseen -hanke*. Hanke on Loimaan työväenopiston (taiteen perusopetus; kuvataide ja teatteri-ilmaisu) ja Naantalin opiston (taiteen perusopetus; kuvataide) yhteishanke, jota koordinoi Loimaan työväenopisto. Opetushallitus myönsi hankkeelle laatu- ja kehittämisavusta keväällä 2020 yht. 25 500 €.

Näyttelyt, konsertit

Naantalin opiston alaisuudessa toimii neljä kuoroa (Helianthus, Kamarikuoro, Naantalin laulajat ja Laulumiehet) ja useita esiintyviä soitinryhmiä (Sunny Side Swing Band, Naantalin pelimannit, harmonikkaryhmä). Kuorot ja soitinryhmät järjestävät konsertteja omana toimintanaan ja esiintyvät opiston tilaisuuksissa.

Aikuisten kuvataidenäyttely ”Kasvu” siirtyi keväältä koronan takia tälle syksylle. Näyttely on Taidehuoneella 21.9.-4.10. Näyttelyssä on esillä aikuisten taide- ja keramiikkaryhmien oppilastöitä.

Kurssimaksut, ilmoittautumis- ja maksuehdot

Opiston kurssimaksut vaihtelevat opetustuntimäärän, ryhmäkoon ja opetusmuodon (yksilö-, ryhmä-, pienryhmä- ja verkko-opetus) ja muiden kustannusten perusteella 10-320 €:n välillä. Maksut ovat kurssikohtaisia.

Kursseille ilmoittaudutaan ennakoon. Ilmoittautuessaan opiskelija sitoutuu maksamaan opiston kurssimaksun. Kurssi-ilmoittautumisen voi perua maksutta viisi päivää ennen kurssin alkua. Mikäli peruutusta ei ole tehty määräajassa, opisto laskuttaa 20 € toimistomaksuna tai kurssin hinnan, jos se on alle 20 €. Jos osallistuminen perutaan, kun kurssi on jo alkanut tai osallistumista ei peruta lainkaan, laskutetaan kurssimaksu kokonaisuudessaan. Ilmoittautumisen yhteydessä maksettu verkkomaksu palautetaan, jos kurssi peruuntuu tai opiskelija itse peruu kurssin määräajassa.

Mikäli kurssista toteutuu vähemmän kuin 2/3, osa kurssimaksusta voidaan palauttaa. Alle 20 € maksua emme palauta.

Maksamattomat maksut muodostavat esteen ilmoittautumiselle ja osallistumiselle kursseille.

Opintoseteli

Opetushallitus myönsi Naantalin opistolle 3000 € opintoseteliavustusta. Avustusta voidaan käyttää Opetushallituksen määrittämien kohderyhmien kurssimaksujen alentamiseen. Kohderyhmiä ovat seniorit (yli 63 v.), eläkeläiset, alhaisen pohjakoulutuksen omaavat, maahanmuuttajat, ja oppimisvaikeuksia kokevat.

Naantalin opisto kohdentaa saamansa avustuksen seuraaville kohderyhmille:

- Työttömien kurssimaksualennus 50 %. Enintään kaksi kurssia lukuvuodessa. Alennusta ei myönnetä yksilöopetukseen.
- Seniorit (yli 63 -vuotiaat) ja eläkeläiset saavat alennusta mm. tietotekniikan perustaitokursseista. Lisäksi ikääntyvien yliopiston etäluennot ovat osallistujille maksuttomia.
- Erityisryhmät (kehitysvammaiset) saavat alennusta heille erikseen suunniteltuihin kursseihin.



Kuvataidekoulun toimintasuunnitelma 2020–2021

Yleistä opetuksesta

Naantalin opiston kuvataidekoulu järjestää yleisen oppimäärän mukaista kuvataiteen perusopetusta 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille sekä varhaisiän kuvataidekasvatusta alle kouluikäisille. Noudatamme opetushallituksen antamaa taiteen yleisen oppimäärän opetussuunnitelmaa (Laki taiteen perusopetuksesta n:o 633/1998). Koulun opetussuunnitelman toimivuutta arvioidaan vuosittain. Tavoitteellinen, tasokas ja monipuolinen opetus tarjoaa lapsille ja nuorille mielekkään harrastuksen sekä lisää iloa ja hyvinvointia.

Oppilasmäärät ja tuntikehys

Tämänhetkisten tietojen mukaan koulussamme opiskelee 71 oppilasta, Naantalissa kuusi ryhmää ja Merimaskussa yksi. Lukumäärä on hieman alempi viime vuoteen verrattuna, mutta ottaen huomioon Covid-19 mukanaan tuomat haasteet, olemme selvästi voiton puolella.

Työkautta on pidennetty aikaisemmasta 26 opetuskerrasta 30 opetuskertaan, jotta yleisen oppimäärän suorittaminen on ajallisesti mahdollista. 12–17-vuotiaiden opetuskerran pituutta on lisätty 30 minuutilla. Tämä mahdollistaa teemaopintojen luonteelle tyypillisen pitkäjänteisen työskentelyn.

Tilat ja opetusvälineet

Opetustilamme sijaitsevat edelleen Kalevanniemenkoulun kuvataideluokissa. Teimme kesällä ison siivouksen, jotta tilat olisivat nykyisissä puitteissaan mahdollisimman toimivat. Nykytekniikka on mukana opetuksessa. Saimme koululle iPad-telineet animointia varten. Peda.net -verkko-oppimisympäristö mahdollistaa myös portfoliotyöskentelyn. Oman työskentelyn dokumentointia hyödynnetään osana oppimisprosessia. Opetusvälineitä täydennetään tarpeen mukaan.

Covid-19

Kiinnitämme kuvataidekoulun toiminnassa huomiota opiskelijoiden ja henkilökunnan turvallisuuteen. Huolehdimme käsihygieniasta ja puhdistamme yhteiskäytössä olevat välineet, pöytätasot yms. säännöllisesti. Mikäli lähiopetuksen toteuttamiseen tulee rajoituksia, siirrymme mahdollisuuksien mukaan etäopetukseen.

Harrastustakuu

Naantalin opisto ja kuvataidekoulu on tänäkin vuonna päättänyt panostaa lasten ja nuorten harrastustakuun toteutumiseen. Pidimme elokuun alussa Monitaidetyöpajan, jossa alakouluikäiset pääsevät tutustumaan eri taidemuotoihin, kuten kuvataiteisiin, musiikkiin ja draamaan. Tarkoitus on jatkaa tätä toimintaa syys- ja joululomalla järjestettävillä lyhytkursseilla.

Näyttely- ja tiedotustoiminta

Tulemme järjestämään kaksi näyttelyä, toisen syystyökauden päätteeksi ja toisen keväällä. Näyttelyt rakentuvat yhteisen teeman ympärille, joka syystyökaudella tulee olemaan *Minä*. Näyttelyiden lisäksi oppilastöitä on kuvituksina muun muassa kaupungin toimijoiden julkaisuissa. Koulun toimintaa esitellään mahdollisuuksien mukaan paikallislehti Rannikkoseudussa, Naantalin kaupungin julkaisuissa ja verkkosivuilla. Toimintaa tehdään tutuksi myös osallistumalla tapahtumiin ja harrastustoimintaa esitteleviin tilaisuuksiin sekä järjestämällä tempauksia eri sidosryhmien kanssa.

Hankkeet

Tulevana vuonna olemme mukana *Arvoista arviointiin ja taiteen perusopetuksen arvostukseen* -hankkeessa, jota koordinoi Loimaan työväenopisto. Hanke sai Opetushallituksen myöntämän laatu- ja kehittämisavustuksen keväällä 2020. Osallistumme arvioinnin laatukirjan suunnitteluun ja laadintaan sekä opetuksen kehittämiseen uuden opetussuunnitelman hengen mukaisesti, vahvistamalla yhteistyötä eri sidosryhmien kanssa. Tarkoituksena on kuvataidekoulun imagon vahvistaminen sekä tunnistettavuuden ja näkyvyyden lisääminen. Tavoitteena on, että kuvataidekoulun mahdollisuudet ja vahvuudet kaupungin kulttuuritarjontaa rikastavana ja kohderyhmän hyvinvointia tukevana toimijana tulevat selkeämmin esille.

LIITE

NAANTALIN OPISTON OPETUSSUUNNITELMA LV. 2020-2021

sl = syyslukukausi, kl = kevätlukukausi

ETÄLUENNOT

Verkkoluennot toteutetaan yhteistyössä Jyväskylän kesäyliopiston, Helsingin suomenkielisen työväenopiston ja Tekstiilikulttuuriseuran kanssa.

Lasinkirkas ja hullunrohkea Aila Meriluodon runoudesta

Kirjailija, emeritusprofessori Panu Rajala, Tampereen yliopisto. Tunteja 2 sl

Koronakriisin haasteet Suomen kansantaloudelle

Taloustieteen prof. Jaakko Pehkonen, Jyväskylän yliopiston kauppakorkeakoulu. Tunteja 2 sl

Geriatriin näkökulma koronaan

Geriatrian prof. Timo Strandberg, Helsingin yliopisto. Tunteja 2 sl

Aleksis Kivi ja Seitsemän Veljestä - Suomen kirjallisuuden klassikko

Prof. Jyrki Nummi, Helsingin yliopisto. Tunteja 2 sl

Hyvä, paha aggressio - vihainen nainen

Psykologi, psykoanalyttikko Elina Reenkola. Tunteja 2 sl

Luova laiskuus ja hallittu hidastelu

Kasvatustieteen prof. Juha T. Hakala, Jyväskylän yliopisto. Tunteja 2 sl

Tekstiiliä mennen tullen, Kalevanniemen koulu. Eri asiantuntijoita. Tunteja 6 sl.

MUUT MAKSUTTOMAT LUENNOT

Venäjän taidemusiikin pietarilaiset

juuret, Naantalin lukio
Inga Grigorjeva, musiikin lisensiaatti.
Tunteja 2 sl

Tuntematon Pohjois-Italia,

Kalevanniemen koulu. Heidi Amedeo, FM.
Tunteja 2 sl

MUSIIKKI, VERKKO-OPETUS

Musiikin verkkokurssit toteutetaan yhteistyössä Rockway oy:n kanssa.

Ukulelen alkeet, Rockwayn soitonopettajat. Tunteja 6 sl

Kitaransoiton alkeet, Rockwayn soitonopettaja. Tunteja 11 sl

Melodiasoiton alkeet sähkökitaralla, Rockwayn soitonopettajat. Tunteja 9 sl

Pianonsoiton alkeet (vapaa säestys), Rockwayn soitonopettajat. Tunteja 11 sl

Pop/rock säestys pianolla (vapaa säestys), Rockwayn soitonopettajat. Tunteja 8 sl, 1 kl

TEATTERI-ILMAISU JA SANATAIDE, VERKKO-OPETUS

Etämonologi, Kaisa Saarakkala, teatteri-ilmaisunohjaaja (AMK). Tunteja 22 sl

Devising-teatteriesitys, Kaisa Saarakkala, teatteri-ilmaisunohjaaja (AMK). Tunteja 22 sl

Lukupiiri verkossa, Anna-Maija Alarto, FM, sanataideohjaaja. Tunteja 15 sl, 8 kl.

Toteutetaan yhteistyössä Loimaan työväenopiston kanssa.

Sanajumppaa verkossa, Anna-Maija Alarto, FM, sanataideohjaaja. Tunteja 30 sl. Toteutetaan yhteistyössä Loimaan työväenopiston kanssa.

TEATTERI-ILMAISU JA SANATAIDE

Lasten teatteri-ilmaisu, Teija Söderholm, teatteri-ilmaisunohjaaja. Tunteja 24 sl, 24 kl

Improvisaatiota aikuisille, Kaisa Saarakkala, teatteri-ilmaisunohjaaja (AMK), Tunteja 16 kl

Kirjoittamisen iloa!, Kalevanniemen koulu. Riitta Suominen, FM, sanataideohjaaja. Tunteja 18 sl, 18 kl

KUVATAIDE JA VALOKUVAUS

Asetelmamaalaus, Kalevanniemen koulu, Jenny Verta, kuvataideopettaja (TaM). Tunteja 12 sl

Pop-taide -röyhkeää, nuorekasta ja hauskaa!, Kalevanniemen koulu, Jenny Verta, Kuvataideopettaja (TaM).Tunteja 16 sl

Maalaus ja piirustus (A), Kalevanniemen koulu, Reija Palo-oja (TaM). Tunteja 40 sl

Maalaus ja piirustus (B), Kalevanniemen koulu, Reija Palo-oja (TaM). Tunteja 40 kl

Akvarellimaalaus (A), Karvetin monitoimitalo, Ometta, Ripikatu 6 Reija Palo-oja (TaM). Tunteja 40 sl

Akvarellimaalaus, jatko (B), Karvetin monitoimitalo, Reija Palo-oja (TaM). Tunteja 40 kl

Akvarellimaalaus, alkeet (A), Kalevanniemen koulu, Reija Palo-oja (TaM). Tunteja 40 sl

Akvarellimaalaus, alkeet (B), Kalevanniemen koulu, Reija Palo-oja (TaM). Tunteja 40 kl

Ulkoilmamaalaus, Haijaisten toimintakeskus, Reija Palo-oja (TaM). Tunteja 10 kl

Grafiikka, linokurssi, Kalevanniemen koulu, kuvataideluokka 1, Opintie 2 Reija Palo-oja (TaM). Tunteja 10 sl

Elävän mallin piirustus ja maalaus, Kalevanniemen koulu, Reija Palo-oja, TaM ja Anne-Mari Kerkola, muotoilija (AMK). Tunteja 28 kl

Muotokuvaa eri tekniikoin, Kalevanniemen koulu, Jenny Verta, kuvataideopettaja (TaM). Tunteja 36 sl

Valokuvauksen perusteet, Naantalin lukio. Jere Grönberg, Kuvataiteilija (AMK). Tunteja 18 sl

Valokuvauksen jatkokurssi, Naantalin lukio. Jere Grönberg, Kuvataiteilija (AMK). Tunteja 18 kl

Dokumentaarinen valokuvaus, Naantalin lukio. Jere Grönberg, Kuvataiteilija (AMK). Tunteja 24 kl

LASTEN JA NUORTEN KURSSIT, PERHEET YHDESSÄ

Yhdessä tehden, Merimaskun koulu, Iida Santalahti, TaM, kuvataide- ja draamaopettaja. Tunteja 4 sl

Yhdessä tehden, Rymättylän koulu, Iida Santalahti, TaM, kuvataide- ja draamaopettaja. Tunteja 4 sl

Yhdessä, Kalevanniemen koulu, Seija Honkanen, kuvataiteilija (AMK). Tunteja 14 sl

Tenavien taidetunti, Merimaskun koulu, Seija Honkanen, kuvataiteilija (AMK). Tunteja 17,29 sl, 17,29 kl

Monitaidepaja 7-12-vuotiaille

Kalevanniemen koulu
Erla Pulli, MuM ja Jenny Verta, TaM.
Tunteja 12 sl

Juniorikokit

Kalevanniemen koulu, Sari Saine, restonomi (YAMK). Tunteja 14 sl

Juniorikokit

Kalevanniemen koulu, Sari Saine, restonomi (YAMK). Tunteja 14 kl

Liikettä lapsille, Liikuntahalli

Anna Heikkilä, liikunnanohjaaja (AMK).
Tunteja 15,96 sl, 15,96 kl

Sirkus 7-9 -vuotiaat, Lietsalan koulu
Pauliina Toivio-Seppä, teatteri-ilmaisunohjaaja/sirkus (AMK). Tunteja 15,96 sl, 15,96 kl

Sirkus 10-13-vuotiaat, Lietsalan koulu
Pauliina Toivio-Seppä, teatteri-ilmaisunohjaaja/sirkus (AMK). Tunteja 15,96 sl, 15,96 kl

Taapero & vanhempi-temmellys,
Kesti-Maaria, Hilla Johansson, tanssinopettaja (AMK). Tunteja 12 sl, 12 kl

Taapero & vanhempi-tanssi,
Kesti-Maaria, Hilla Johansson, tanssinopettaja (AMK). Tunteja 12 sl, 12 kl

Äiti & vauva-tanssi,

Kesti-Maaria, Hilla Johansson, tanssinopettaja (AMK). Tunteja 15,96 sl, 15,96 kl

Aikuinen-lapsi kokkikurssi

Kalevanniemen koulu, Sari Saine, restonomi (YAMK). Tunteja 5,32 sl

TAITEEN PERUSOPETUS,
KUVATAIDEKOULU

Kuvataide 5-6-vuotiaat

Kalevanniemen koulu
Jenny Verta, kuvataideopettaja (TaM).
Tunteja 19,95 sl, 19,95 kl

Kuvataide 7-9-vuotiaat (alkava/jatko)

Kalevanniemen koulu
Jenny Verta, kuvataideopettaja (TaM).
Tunteja 30 sl, 30 kl

Kuvataide 7-9-vuotiaat (alkava)

Kalevanniemen koulu, Jenny Verta, kuvataideopettaja (TaM). Tunteja 30 sl, 30 kl

Kuvataide 10-12-vuotiaat alkava/jatko)

Kalevanniemen koulu, Jenny Verta, kuvataideopettaja (TaM). Tunteja 30 sl, 30 kl

Kuvataide 10-12-vuotiaat (jatko)

Kalevanniemen koulu, Jenny Verta, kuvataideopettaja (TaM). Tunteja 30 sl, 30 kl

Kuvataide 12-17-vuotiaat

(teemaopinnot) Kalevanniemen koulu, Jenny Verta, kuvataideopettaja (TaM).Tunteja 40,00 sl, 40,00 kl

Kuvataide 7-12-vuotiaat,

Merimaskun koulu, Seija Honkanen, kuvataiteilija (AMK). Tunteja 26 sl, 26 kl

MUSIIKKI

Musiikin yksilöopetuksen tunnit ovat arvio. Naantalin opisto tarjoaa keskusta-alueella soitinopetusta vain yli 18 -vuotiaille (soitinopetus ja yksinlaulu). Alle

18 -vuotiaat opiskelevat Naantalin musiikkiopistossa.

Laulun ilo

Maijamäen koulu, Maikki Säikkä, MuM.
Tunteja 22 sl, 24 kl

Rymättylän rallattelijat

Rymättylän koulu, Erla Pulli, MuM.
Tunteja 14,63 sl

Yksinlaulu

Kalevanniemen koulu. Maikki Säikkä, MuM. Tunteja 40 sl

Yksinlaulu

Kalevanniemen koulu, Maikki Säikkä, MuM. Tunteja 40 kl

Yksinlaulu

Kalevanniemen koulu, Tiina Lustig, musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 20 sl

Yksinlaulu

Kalevanniemen koulu, Tiina Lustig, musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 11,97 kl

Yksinlaulu

Kalevanniemen koulu, Kristina Raudanen, musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 40 sl

Yksinlaulu

Kalevanniemen koulu, Kristina Raudanen, musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 40 kl

Yksinlaulu

Maijamäen koulu, Maikki Säikkä, MuM.
Tunteja 13,33 sl

Yksinlaulu

Maijamäen koulu, Maikki Säikkä, MuM.
Tunteja 13,30 sl

Pop/Jazz-laulu

Kalevanniemen koulu, Sanna Solanterä, pop/jazz-laulunopettaja. Tunteja 10 sl

Pop/Jazz-laulu

Kalevanniemen koulu, Sanna Solanterä, pop/jazz-laulunopettaja. Tunteja 10 kl

Helianthus - naiskuoro

Opetustila avoinna. Johanna Järvinen, musiikinohjaaja. Tunteja 22 sl, 24 kl

Naantalin laulajat,

Opetustila avoinna. Antti Huovinen, kuoronjohtaja. Tunteja 22 sl, 24 kl

Pop/Jazzlaulun pienryhmä

Kalevanniemen koulu, Sanna Ajakainen, laulupedagogi (AMK). Tunteja 24 sl

Laulumiehet

Seurakuntakeskus, Tiina Lustig, musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 22 sl, 24 kl

Kamarikuoro

Maijamäen koulu, Aija Haapalainen, kuoronjohtaja. Tunteja 22 sl, 24 kl

Kitaransoittoa aikuisille

Kalevanniemen koulu, Kai Tuominen, muusikko. Tunteja 40 sl, 40 kl

Kitaransoittoa aikuisille

Kalevanniemen koulu, Kai Tuominen, muusikko. Tunteja 40 sl, 40 kl

Kitaransoitto

Merimaskun koulu, Kai Tuominen, muusikko. Tunteja 30 sl, 30 kl

Kitaransoitto

Rymättylän koulu, Kai Tuominen, muusikko. Tunteja 30 sl, 300 kl

Kitaransoitton pienryhmä

Kalevanniemen koulu, Kai Tuominen, muusikko. Tunteja 11 sl, 12 kl

Basso, kitara ja piano

Velkuan koulu. Ari Ainasoja, MuM.
Tunteja 8,00 sl, 8,00 kl

Kitaransoitto

Rymättylän koulu. Juhani Mistola, FM.
Tunteja 22 sl, 24 kl

Kitaransoitto,

Merimaskun koulu. Juhani Mistola, FM.
Tunteja 10 sl, 10 kl

Pianonsoitto

Rymättylän koulu. Erla Pulli, MuM.
Tunteja 44 sl, 44 kl

Pianonsoittoa aikuisille

Maijamäen koulu. Erla Pulli, MuM.
Tunteja 15 sl, 15 kl

Pianon- ja kitaransoitto

Merimaskun koulu, Jouko Laine,
muusikko. Tunteja 15 sl, 15 kl

Pianonsoittoa aikuisille

Kalevanniemen koulu, Tiina Lustig,
musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 36,63 sl,
39,96 kl

Pianonsoitto

Merimaskun koulu. Tiina Lustig,
musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 44 sl, 44

Harmonikka, yksilöopetus

Karvetin koulu, Toni Perttula,
musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 10 sl, 10
kl

Sunny Side Swing Band

Suopellon koulu. Samuli Nieminen,
Tunteja 33 sl, 36 kl

Harmonikkaryhmä

Karvetin koulu. Toni Perttula,
musiikkipedagogi (AMK).
Tunteja 33 sl, 36 kl

Bändisoiton perusteet A

Maijamäen koulu. Erla Pulli, MuM.
Tunteja 24 sl

Bändisoiton jatkokurssi B

Maijamäen koulu, Erla Pulli, MuM.
Tunteja 24 sl

Bändisoiton perusteet C

Maijamäen koulu, Erla Pulli, MuM.
Tunteja 24 kl

Bändisoiton jatkokurssi D

Maijamäen koulu, Erla Pulli, MuM.
Tunteja 24 kl

Naantalin pelimannit

Suopellon koulu, Ari Ainasoja, MuM.
Tunteja 33 sl, 36 kl

Huilunsoittoa aikuisille

Kalevanniemen koulu. Päivi Sjöberg,
musiikkipedagogi (AMK). Tunteja 10 sl, 10
kl

KÄDENTAIDO**Kynttilän valoa**

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 10 sl

Makrameeta jouluiiseen sisustukseen

Kalevanniemen koulu, Liisa Rinne,
muotoilija (AMK). Tunteja 12 sl

Huopikkaat

Kalevanniemen koulu, Pia Laihonaho,
designstekstiilin valmistaja. Tunteja 14 sl

Makrameeta sisustuksen koruiksi

Kalevanniemen koulu, Liisa Rinne,
muotoilija (AMK). Tunteja 12 kl

Pajusta puutarhaan

Kalevanniemen koulu, Anne Raine,
Tunteja 12 kl

Hattu ja laukku huovasta

Kalevanniemen koulu, Pia Laihonaho,
designstekstiilin valmistaja. Tunteja 12 kl

Keraaminen majakka

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 15 kl

Pupuja ja munankuoriruukkuja

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK), muotoilija
(AMK).Tunteja 10 kl

Maanantain saviryhmä (A) alkava

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK) ja muotoilija
(AMK).Tunteja 36 sl

Maanantain saviryhmä (B) jatkava

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 36 kl

Keskiviikon saviryhmä (A) jatkava

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK) ja muotoilija (AMK).
Tunteja 33 sl

Keskiviikon saviryhmä (B) alkava

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 33 kl

Tiistain saviryhmä (A) alkava

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK) ja muotoilija
(AMK).Tunteja 33 sl

Tiistain saviryhmä (B) jatkava

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK) ja muotoilija (AMK).
Tunteja 33 kl

Torstain saviryhmä (A) jatkava

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 36 sl

Torstain saviryhmä (B) alkava

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,

kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 36 kl

Keraaminen kuvanveisto (A)

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 36 sl

Keraaminen kuvanveisto(B)

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 36 kl

Jouluiset savityöt

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK) ja muotoilija (AMK).
Tunteja 15 sl

Uurnakurssi

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,
kuvataiteilija (YAMK) ja muotoilija (AMK).
Tunteja 12 sl

Nikkarointia naisille

Kalevanniemen koulu, Ari Koskinen,
teknisen työn opettaja. Tunteja 44 sl, 48 kl

Puutyöt

Kalevanniemen koulu, Ari Koskinen,
teknisen työn opettaja. Tunteja 44 sl, 48 kl

Miesten nikkaripiiri

Kalevanniemen koulu, Vesa Latva. Tunteja
44 sl, 48 kl

Nikkaripiiri

Rymättylän koulu, Hannu Heinonen,
luokanopettaja. Tunteja 33 sl, 36 kl

Vaatetuunaus

Kalevanniemen koulu. Raisa Airola.
Tunteja 16 sl

Tutustu tuftaukseen

Kalevanniemen koulu. Tuija Vuorinen,
käsi- ja taideteoll. vastaava neuvoja.
Tunteja 9 sl

Inspiroiva kehyskudonta

Kalevanniemen koulu. Tuija Vuorinen,
käsi- ja taideteoll. vastaava neuvoja.
Tunteja 9 kl

Kankaankudonta

Kalevanniemen koulu, Tuija Vuorinen,
käsi- ja taideteoll. vastaava neuvoja,
Tunteja 33 sl, 36 kl

Ihana räsymatto

Kalevanniemen koulu. Tuija Vuorinen,
käsi- ja taideteoll. vastaava neuvoja.
Tunteja 9 kl

Verhoilu A

Kalevanniemen koulu, Pia Dahlin,
verhoilija. Tunteja 36 sl

Verhoilu B

Kalevanniemen koulu, Pia Dahlin,
verhoilija. Tunteja 36 kl

Huonekalujen kunnostaminen A

Kalevanniemen koulu, Sari Saarinen,
insinööri. Tunteja 30 sl

Huonekalujen kunnostaminen B

Kalevanniemen koulu, Sari Saarinen,
insinööri. Tunteja 30 sl

Huonekalujen kunnostaminen C

Kalevanniemen koulu. Sari Saarinen,
insinööri. Tunteja 30 kl

Huonekalujen kunnostaminen D

Kalevanniemen koulu, Sari Saarinen,
insinööri. Tunteja 30 kl

Koruja jalometalleista (A)

Suopellon koulu, Sanna Kananoja, koru- ja
esinemuotoilija. Tunteja 30 sl

Koruja jalometalleista (B)

Suopellon koulu. Sanna Kananoja, koru- ja
esinemuotoilija. Tunteja 30 kl

Keraamiset korut juhlahetkiin

Kalevanniemen koulu, Antte Kerkola,

kuvataiteilija (YAMK), muotoilija (AMK).
Tunteja 10 kl

Ikonimaalaus

Kalevanniemen koulu, Mari Zabyshnyi,
ikonografi. Tunteja 36,63 sl, 39,96

KIELET JA KULTTUURI, VERKKO-OPETUS

Kielten verkkokurssit toteutetaan
yhteistyössä Mikkelin kansalaisopiston,
Paimion opiston ja Raisio-opiston kanssa.

Venäjän alkeet verkossa

Irina Taskinen, FM. Tunteja 36 sl

Venäjän verkkokurssi, jatko

Irina Taskinen, FM. Tunteja 36 kl

Learn and Practice Online

Jaana Saari, FM. Tunteja 24 sl, 24 kl

Matkailuenglanti

Satu Radcliffe, FM. Tunteja 12 kl

Englannin perusteet online

Jaana Saari, FM. Tunnit 24 sl

Kreikan kieli ja kulttuuri, jatko

Evangelia Antzaka, tradenomi (AMK).
Tunteja 22 sl, 24 kl

Kult-Tour

Juha Sahlstein, fil. yo. Tunteja 12 kl

KIELET**Suomen alkeet – Finnish for beginners**

Naantalın lukio, Terhi Kujala, FK.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Suomen jatkokurssi

Naantalın lukio. Terhi Kujala, FK.
Tunteja 24 s, 24 kl

Intensive Finnish Language Course

Kaisu Saarela, FM. Tunteja 18 sl.
Tuntimäärään vaikuttaa oppilasmäärä.

Yksi oppilas saa enintään 9 x 45 min. sparrausta.

Käytännön ruotsia

Naantalin lukio, Kaisu Saarela, FM.

Tunteja 24 sl, 24 kl

Ruotsin kielen sparraus

Kaisu

Saarela, FM. Tunteja 18 sl. Tuntimäärään vaikuttaa oppilasmäärä. Yksi oppilas saa enintään 9 x 45 min. sparrausta.

Englannin alkeet

Kalevanniemen koulu, Shalchi Maarit, FM.
24 sl, 24 kl

Good Morning!

Kalevanniemen koulu, Maarit Shalchi, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Stepping Stones

Kalevanniemen koulu, Maarit Shalchi, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Catching up

Kalevanniemen koulu, Maarit Shalchi, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Everyday English

Naantalin lukio. Milla Lindström, HuK.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Englannin sparraus

Maarit Shalchi, FM, Tunteja 18 sl, 18 kl.
Tuntimäärään vaikuttaa oppilasmäärä.
Yksi oppilas saa enintään 9 x 45 min. sparrausta.

Hallo zusammen! - kommunikatiivinen jatkokurssi

Naantalin lukio. Juha Sahlstein, fil.yo.
Tunteja 22 sl, 26 kl

Reden macht spass - keskustelukurssi

Naantalin lukio, Juha Sahlstein, fil. yo.
Tunteja 22 sl, 26 kl

Saksan sparraus

Juha Sahlstein, fil. yo. Tunteja 18 sl, 18 kl

Tuntimäärään vaikuttaa oppilasmäärä.
Yksi oppilas saa enintään 9 x 45 min. sparrausta.

Ranska 1 - On commence

Naantalin lukio, Sanna Lehtonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Ranska 3 - On avance

Naantalin lukio, Sanna Lehtonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Ranska X - On freine

Naantalin lukio, Sanna Lehtonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Ranskan sparraus

Kalevanniemen koulu, Sanna Lehtonen, FM. Tunteja 18 sl, 18 kl Tuntimäärään vaikuttaa oppilasmäärä. Yksi oppilas saa enintään 9 x 45 min. sparrausta.

Venäjän alkeisjatko

Naantalin lukio, Romanov, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Espanjan tehokertaus

Kalevanniemen koulu, Jaana Kanninen, FM. Tunteja 10 sl

Espanja 1

Naantalin lukio, Kirsi Aaltonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Espanja 2

Naantalin lukio, Kirsi Aaltonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Espanja 3

Naantalin lukio, Kirsi Aaltonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Espanja 5

Naantalin lukio, Kirsi Aaltonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

¡¡ Vamos a hablar español !!

Naantalin lukio, Judith Ansó Ros, PhD.
Tunteja 24 sl, 24 kl

¿Te gustaría viajar por España?,

Kalevanniemen koulu, Judith Ansó Ros,
PhD. Tunteja 7,98 sl, 10,64 kl

Italia 1 – Ciao

Naantalin lukio, Sanna Lehtonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Italia 3 - Buone vacanze

Naantalin lukio, Sanna Lehtonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Italiaa rohkeasti – Andiamoci

Naantalin lukio, Sanna Lehtonen, FM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Italian sparraus

Sanna Lehtonen, FM, Tunteja 18 sl, 18 kl.
Tuntimäärään vaikuttaa oppilasmäärä.
Yksi oppilas saa enintään 9 x 45 min.
sparrausta.

Italian kieltä ja kulttuuria

Kalevanniemen koulu,
Heidi Amedeo, FM. Tunteja 12 kl

Viroa aktiivisesti - Viro odottaa

Naantalin lukio, Marika Mägi, KM.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Vinkkejä kielten opiskeluun

Kalevanniemen koulu, Jaana Kanninen.
FM. Tunteja 4 sl

KULTTUURI, HISTORIA**Pintaa syvemältää**

Toimipaikka avoin, Jari Näränen (FM) ja
Jenny Verta (TaM), Tunteja 22 kl.
Yhteistyökurssi Raisio-opiston kanssa.

Sukututkimuksen jatkokurssi

Kalevanniemen koulu, Juha Vuorela,
sukututkija. Tunteja 15 sl

Kulttuuriklubi, syksy

Seija Sorsavirta, KM ja auktorisoitu
matkailuopas. Tunteja 24 sl.
Yhteistyökurssi Raisio-opiston kanssa.

Kulttuuriklubi, kevät

Seija Sorsavirta, KM ja auktorisoitu
matkailuopas. Tunteja 28 kl.
Yhteistyökurssi Raisio-opiston kanssa.

ERITYISRYHMIEN OPETUS**Killin sakki**

Kalevanniemen koulu, Sirkka Vehmaa,
yhteisöpedagogi (AMK). Tunteja 22 kl

Erilaista englantia

Kalevanniemen koulu, Maarit Shalchi, FM.
Tunteja 12 sl, 12 kl

Taidekokemuksia

Kalevanniemen koulu, useita eri opettajia.
Tunteja 16 sl

Erkkajooga®

Kalevanniemen koulu, Outi Suvila,
erkkajoogaohjaaja. Tunteja 16 sl

TIETOTEKNIikka**Peda.net tutuksi opettajille**

Kalevanniemen koulu, Jenni Hanhilampi,
KM, FM. Tunteja 3 sl. Naantalin opiston
tuntiopettajien täydennyskoulutus.

Rohkeasti koneen ääreen

Naantalin lukio, Petri Pohjanlehto.
Tunteja 12 sl

Sähköposti tutuksi

Naantalin lukio, Petri Pohjanlehto.
Tunteja 12 sl

Älylaite hallintaan

Kalevanniemen koulu, Petri Pohjanlehto.
Tunteja 12 sl

Älylaite: sisältöä laitteelle (android)

Kalevanniemen koulu, Petri Pohjanlehto.
Tunteja 3 sl

Tieto pilveen ja haltuun

Kalevanniemen koulu, Petri Pohjanlehto.
Tunteja 12 sl

Toimisto pilvessä

Kalevanniemen koulu, Petri Pohjanlehto.
Tunteja 9 sl

Voiko älylaitteelle puhua?

Kalevanniemen koulu, Petri Pohjanlehto.
Tunteja 3 sl

Kuvat haltuun diginä

Kalevanniemen koulu, Petri Pohjanlehto.
Tunteja 12 sl

Älylaite hallintaan (iPad, iPhone),

Kalevanniemen koulu. Jenni Hanhilampi.
KM, FM. Tunteja 9 sl

Arjen iloksi - huvia ja kulttuuria

Kalevanniemen koulu, Jenni Hanhilampi,
KM, FM. Tunteja 9 sl

Älylaite: sisältöä laitteelle (iPad, iPhone),

Kalevanniemen koulu, Jenni Hanhilampi.
KM, FM. Tunteja 3 sl

Arjen asiointia verkossa I

Kalevanniemen koulu, Jenni Hanhilampi,
FM, KM. Tunteja 9 sl

Arjen asiointia verkossa 2

Kalevanniemen koulu, Jenni Hanhilampi,
FM, KM. Tunteja 9 sl

Älykästä viestittelyä

Kalevanniemen koulu, Jenni Hanhilampi,
FM, KM. Tunteja 8 sl

LUONTO JA MERENKULKU**Luontoretkeily**

Kalevanniemen koulu, Mia Vieltojärvi,
erä- ja luonto-opas. Tunteja 15 kl

Saaristolaivurikurssi

Kalevanniemen koulu, Tuomas Peltö, FM.
Tunteja 36 sl

Rannikkolaivurikurssi

Kalevanniemen koulu, Tuomas Peltö, FM.
Tunteja 36 kl

Saaristolaivurikurssi

Sinervon talo, Tuomas Peltö, FM.
Tunteja 36 sl

Mehiläistarhauksen peruskurssi

Kalevanniemen koulu, Minna Karvinen,
luonnonvaratuottaja, mehiläistarhaaja.
Tunteja 21 kl

Pyykätään ekologisesti

Kalevanniemen koulu, Minna Karvinen,
luonnonvaratuottaja. Tunteja 3 sl

Geokätkentä

Kalevanniemen koulu, Mia Vieltojärvi,
erä- ja luonto-opas. Tunteja 21 kl

RUOANVALMISTUS, KODINHOITO**Ekologinen siivous**

Kalevanniemen koulu, Minna Karvinen,
luonnonvaratuottaja,
laboratorioanalyttikko (AMK). Tunteja 2 sl

Vaate- ja jalkinehuoltoa**luonnonmukaisesti**

Kalevanniemen koulu, Minna Karvinen,
luonnonvaratuottaja. Tunteja 3 sl

Vegaaniset jälkiruoat ja aamupalat

Kalevanniemen koulu, Albert Virkkunen,
keittiömestari. Tunteja 6,66 sl

Buen apetito!

Kalevanniemen koulu, Albert Virkkunen,
keittiömestari. Tunteja 6,66 sl

Kalaruoat

Kalevanniemen koulu, Albert Virkkunen,
keittiömestari. Tunteja 6,66 sl

Dumplings

Kalevanniemen koulu, Albert Virkkunen,
keittiömestari. Tunteja 3,33 sl

Makumatka Meksikoon

Kalevanniemen koulu, Sari Saine,
restonomi (YAMK). Tunteja 8 sl

KAUNEUDENHOITO**Luonnonkosmetiikka**

Kalevanniemen koulu, Raisa Airola,
Tunteja 3 sl

Huulirasvatyöpaja

Kalevanniemen koulu, Minna Karvinen,
luonnonvaratuottaja. Tunteja 2 sl

Itse tehty saippua

Kalevanniemen koulu. Raisa Airola,
Tunteja 6 sl

**TERVEYS, HYVINVOINTI -VERKKO-
OPETUS****Kankeat kundit – kropparempa**

Maria Kaunismäki, fysioterapeutti.
Tunteja 8 sl.

Opi rentoutumaan

Raija Haapoja, rentoutusvalmentaja SHL,
sosionomi (Yamk). Tunteja 6 sl

SunPolku - kohti tavoitteita

Raija Haapoja, rentoutusvalmentaja SHL,
sosionomi (Yamk). Tunteja 17,50 sl

Syvärentoutus & Pranayama

Deeana Lehtinen, toimintaterapeutti.
Tunteja 13,33 kl

Jooga & Ayurveda

Deeana Lehtinen, toimintaterapeutti,
joogaohjaaja RYT500,
hyvinvointivalmentaja. Tunteja 13,30 sl

Body & Mindcare

Maria Kaunismäki, fysioterapeutti.
Tunteja 10,64 sl

**LIIKUNTA, TANSSI, TERVEYS,
HYVINVOINTI****Vetreyttä venytellen**

Taimon koulu, Anna Heikkilä,
liikunnanohjaaja (AMK). Tunteja 16 sl,
15,96 kl

Keskivartalojumppa

Taimon koulu, Anna Heikkilä,
liikunnanohjaaja (AMK). Tunteja 16 sl,
15,96 kl

Askelia lempimusalla

Kuparivuoren koulu, Anna Heikkilä,
liikunnanohjaaja (AMK). Tunteja 16 sl,
15,96 kl

Asahi terveysliikunta

Kuparivuoren koulu,
Kirsi Vainio, asahiohjaaja.
Tunteja 15,96 sl, 16 kl

Vesijumppa A

Aurinkosäätöön palvelutalo,
Tuula Välimäki, liikunnanohjaaja.
Tunteja 8 sl

Vesijumppa B

Aurinkosäätöön palvelutalo,
Tuula Välimäki, liikunnanohjaaja.
Tunteja 8 sl

Vesijumppa C

Aurinkosäätöön palvelutalo,
Tuula Välimäki, liikunnanohjaaja.
Tunteja 8 kl

Vesijumppa D

Aurinkosäätöön palvelutalo,
Tuula Välimäki, liikunnanohjaaja.
Tunteja 8 kl

Ulkoliikunta

Anna Heikkilä, liikunnanohjaaja (AMK).
Tunteja 8 sl

Yllätä itsesi

Kesti-Maaria. Useita eri opettajia.
Tunteja 11 sl

Aamuasahi

Kesti-Maaria. Liisa Valmunen.
Tunteja 16 sl, 16 kl

Liikettä niveliin

Rymättylän koulu, Outi Ritvanen.
Tunteja 16 sl, 16 kl

Pilates, jatko

Kuparivuoren koulu, Rosaliina
Vannesluoma, fysioterapeutti,
pilatesohjaaja. Tunteja 16 sl

Pilates, alkeet

Kuparivuoren koulu, Rosaliina
Vannesluoma, fysioterapeutti,
pilatesohjaaja. Tunteja 15,96 sl

Miesten kuntoliikunta

Liikuntahalli, Emmi Innilä, fysioterapeutti.
Tunteja 22 sl, 24 kl

Bodycare 1 - hengitys ja selkä

Kalevanniemen koulu, Maria Kaunismäki,
fysioterapeutti. Tunteja 4 sl

Bodycare 2 - lantio ja alaraajat

Kalevanniemen koulu, Maria Kaunismäki,
fysioterapeutti. Tunteja 4 sl

Bodycare 3 - niska, hartiat, yläraajat

Kalevanniemen koulu, Maria Kaunismäki,
fysioterapeutti. Tunteja 4 sl

Bodycare 4 - keho ja mieli

Kalevanniemen koulu, Maria Kaunismäki,
fysioterapeutti. Tunteja 4 sl

Akrobatiaa aikuisille

Lietsalan koulu, Tuuli Hokkanen, teatteri-
ilmaisunohjaaja/sirkus (AMK). Tunteja 8 sl

Hyvän mielen joogaa

Kesti-Maaria, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 24 sl, 24 kl

Joogan alkeet A

Kesti-Maaria, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 24 sl

Joogan alkeet B

Kesti-Maaria, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 24 kl

Yin-jooga A

Kesti-Maaria, Marianne Mäntymäki,
joogaohjaaja. Tunteja 24 sl

Yin-jooga B

Kesti-Maaria, Marianne Mäntymäki,
joogaohjaaja. Tunteja 24 kl

Joogaa ja kehonhuoltoa miehille

Kesti-Maaria, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 24 sl, 24 kl

SJL-jooga

Merimaskun koulu, Tarja Haapala,
joogaohjaaja. Tunteja 24 sl, 24 kl

SJL- jooga

Rymättylän koulu, Tarja Haapala,
joogaohjaaja. Tunteja 24 sl, 24 kl

Flowjooga

Livonsaaren seurantalo, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 8 sl, 10 kl

Flowjooga

Kesti-Maaria, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 24 sl, 24 kl

Hyvinvointiliikunta ja itsehoitomenetelmät

Kesti-Maaria, Deeana Lehtinen,
toimintaterapeutti, jooganohjaaja RYT
500, hyvinvointivalmentaja. Tunteja 24 sl

Kuntouttava jooga

Kesti-Maaria, Deeana Lehtinen,
toimintaterapeutti, joogaohjaaja RYT500,
hyvinvointivalmentaja. Tunteja 20 sl

Kehonhuolto ja venyttely

Urheilutalo, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 16 sl, 16 kl

Joogasta apua stressiin

Kesti-Maaria, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 4 sl

Matka omaan voimaan

Kesti-Maaria, Janette Karsikas,
joogaohjaaja. Tunteja 4 kl

Intialainen päähieronta

Sinervon talo, Raisa Airola. Tunteja 8 sl

Intialainen päähieronta

Kalevanniemen koulu, Raisa Airola.
Tunteja 8 sl

SJL-jooga

Sinervon talo, Tarja Haapala,
joogaohjaaja. Tunteja 24 sl, 24 kl

Yin & Yang -jooga

Kesti-Maaria, Marjo Särös, joogaohjaaja.
Tunteja 24 sl, 24 kl

Kundaliinijoogan lyhytkurssi

Kesti-Maaria, Marianne Mäntymäki,
joogaohjaaja. Tunteja 12 kl

Latinzum 1

Kultarannan koulu, Brian Ramos.
Tunteja 16 sl

Latinzum 2

Kultarannan koulu, Brian Ramos.
Tunteja 16 kl

Salsaton 1

Kultarannan koulu, Brian Ramos.
Tunteja 16 sl

Salsaton 2

Kultarannan koulu, Brian Ramos.
Tunteja 16 kl

Tanssiksi A

Lietsalan koulu, Sanna Akkanen.
Tunteja 16 sl

Tanssiksi B

Lietsalan koulu, Sanna Akkanen.
Tunteja 16 kl

Latinobic

Kultarannan koulu, Liisa Valmunen.
Tunteja 16 sl, 16 kl

Zumba A

Lietsalan koulu, Sanna Akkanen.
Tunteja 16 sl

Zumba B

Lietsalan koulu, Sanna Akkanen.
Tunteja 16 kl

Kuntoa tanssista

Lietsalan koulu, Kirsi Vainio.
Tunteja 16 sl, 16 kl

DanceFit

Kesti-Maaria, Hilla Johansson,
tanssinopettaja (AMK).
Tunteja 16 sl, 16 kl

Järjestetään

Kalevanniemen koulu, Jaana Kanninen,
FM. Tunteja 16 kl

Rakastava valinta Kalevanniemen koulu.

Terhi Arvonen, FM. Tunteja 30 sl