

”Kaikissa elämämme vaiheissa on aineksia iloon, niistä on vain otettava vaarin.”

— *Espanjalainen sananlasku*

## TERVEHDYS JÄSEN

Uusi vuosi tuo aina uutta tullessaan. Meillä joogayhdistyksessä uutta on se, että saamme käyttöömmme upean joogatilan osoitteessa Linnankatu 61. Valoisa sali on meidän ja muiden toimijoiden yhteisessä käytössä, ja tarjoaa huikeat näköalat mm. jokirantaan. Keskitämme suurimman osan tunteistamme sinne. Sunnuntaina 17.1. Shaolin dojossa on kurssinäytös 2.kerroksen salissa klo 17-18. Turun Joogayhdistys osallistuu näytökseen.

Eerikinkadun astangajoogasalin poistuessa joogakäytöstä, siirtyvät tiistain ja keskiviikon päivätunnit Yoga Nordicin Hansakorttelin tiloihin. Astangasalin ovi- ja porttikoodit päivittyvät sivuillemme piakkoin.

Toivotamme huikeaa uutta vuotta 2016 ja hyvää oloa joogamatolla ja sen ulkopuolella! Joogayhdistyksen **joogaryhmät alkavat viikolla 2.** Maksathan myös jäsenmaksusi oheisella lomakkeella. Jäsenyytesi on sen maksamalla voimassa koko vuoden.

### Uutta Turun Joogayhdistyksessä

Haluamme tarjota mahdollisimman monille mahdollisuuden harrastaa joogaa edullisesti, joten pidämme valikoimassamme syksyllä käyttöön otetun viiden kerran kortin. Kortti käy kaikilla tunteillamme, (poislukien tiistain päivätunti), ja sitä voi käyttää useampi henkilö. Kortin hinta on jäsenille 40€ ja muille 50€. Kortti on voimassa koko kevätkauden ajan. Kurssit kokoontuvat 13 kertaa, ja hinta on jäsenille 60€, muille 80€. Selkäjoogakurssin hinta on kaikille 85€.

5-kerran kortti maksetaan etukäteen yhdistyksen tilille, ja sen voi lunastaa ohjaajalta. Ota kortti aina tunteille mukaasi. (tilinumero löytyy jäsenkirjeen alareunasta). Viiden kerran kortin viite on 1151. Käytäthän viitettä maksaessasi. Sunnuntai- ja äitiysjoogaan voit edelleen osallistua myös kertamaksulla, joka on jäsenille 8€ ja muille 10€. Kaikille kurseille (poislukien tiistai) on mahdollista tulla kurssien ensimmäisellä kerralla kokeilemaan joogaa ilmaiseksi.

Olet tervetullut osallistumaan Turun joogayhdistyksen sääntömääräiseen **kevätkokoukseen Shaolin dojolle osoitteeseen Linnankatu 61 lauantaina 12.3. klo 13.** Aloitamme kokouksen ohjatulla meditaatiolla.

**Aina ajankohtaiset tapahtumat** löydät sivuiltamme [www.turunjooga.fi](http://www.turunjooga.fi). Olemme myös [facebookissa](#).

### Maksut

Saat jäsenkirjeen liitteenä **ilmoittautumislomakkeen**, josta löydät pankkiyhteystiedot. Suorita maksu käyttäen kurssikohtaista viitenumeroa, ja esitä maksukuitti sekä palauta **ilmoittautumislomake** huolellisesti täytettynä ohjaajalle ensimmäisellä harjoituskerralla. Jos laskun maksaja on eri henkilö, mainitse siitä ohjaajalle. Tuo ohjaajalle näytettäväksi myös kuitti suoritetusta jäsenmaksusta, jos olet jäsen.

Jos et ole vielä jäsen, mutta haluat liittyä, rekisteröidy jäseneksi nettisivuillamme maksettuasi jäsenmaksun. Yhdistyksen tilinumero: **F138 2057 1800 0321 00.**

## TURUN JOOGAYHDISTYKSEN JOOGARYHMÄT kevät 2016

### Jatkoryhmät (13 harjoitusta/ryhmä) alkavat viikolla 2 alkaen 11.1. 2016

PÄIVÄ JA AIKA	PAIKKA	OHJAAJA
maanantai klo 12-13.30	Astangajoogakoulu Eerikinkatu 22 B ovikoodi 1.2. alk Hansakortteli St. Erik, Kristiinankatu 9	Lasse Aitokari p. 0400-863 994
maanantai klo 16.30-18 alkeis-jatko	<b>Shaolin dojo.</b> Linnankatu 61	Thua Aalto p. 050-527 7976
Tiistai klo 12.10-13.40	<b>Astangajoogakoulu</b> 1.2. alk Hansakortteli	Merja Ylitalo p. 050-320 8957
Keskiviikko klo 18.30-20	Shaolin dojo	Irmeli Arvola 040-769 3108
Torstai klo 19.00-20.30 alkeis-jatko	Paattisten aluetalo, yläkerran sali, Paattistalonkatu 1	Maarit Marttila P. 045-673 7846

### Muut ryhmät – alkavat viikolla 36/37 alkaen 11.1.2016

KURSSI	PÄIVÄ JA AIKA	PAIKKA	OHJAAJA
Alkeiskurssi	Keskiviikko klo 17-18.30	Shaolin dojo	Mira Niemi 044-040 5068
Äitiysjooga	Sunnuntai klo 15.00-16.30	Shaolin dojo	vaihtuvat ohjaajat
Sunnuntaijooga	Sunnuntai klo 16.30-18	Shaolin dojo	vaihtuvat ohjaajat
Selkäjooga 85€ 8 kertaa 6.2.-26.3.	lauantai 11.30-12.45	Shaolin dojo	Jaana Heino-Ellilä 040 595 1601 ja Irmeli Arvola 040 769 3108

Ota joogaharjoitukseen mukaan pehmeä asu ja alusta. Pidäthän omasta puolestasi huolen siitä, että joogatunnit alkavat ajoissa ja rauhallisessa hengessä. Joogaharjoitus tehdään omalla vastuulla.

Turun Joogayhdistys on Suomen Joogaliiton jäsenyhdistys. Yhdistyksen johtokunta 2016, Henna-Maria Uusitupa (pj.) Jaana Heino-Ellilä, Leila Simula, Katja Pulli, Thua Aalto, Irmeli Arvola ja Maisa Suominen. Varajäsenet: Maarit Marttila, Lasse Aitokari

**Lämpimästi tervetuloa joogaamaan!**