

KEVÄT 2024

ALOITUS MA 8.1.24

MAANANTAI

8:30 Voima 55
Nina / yläsali

17:30 Dance 45
Jukka / yläsali

18:20 Core 45
Jukka / yläsali

19:10 Kuntonyrkkeily 75
Nina / yläsali

19:10 Vinyasa-Flow 45
Jukka / alasali

TIISTAI

8:30 Harmony 45
Jukka / yläsali

17:30 Aerobinen 45
Salla / yläsali

18:20 Body 45
Salla / yläsali

19:10 Kehonhuolto 45
Salla / alasali

KESKIVIIKKO

6:45 Muokkaus 45
Toni / yläsali

8:30 Terve Selkä 55
Nina / yläsali

17:15 Vahva
Ylävartalo 45 Toni
/ yläsali

18:10 lisiPumppi 45
Hanna / yläsali

TORSTAI

8:30 Jooga 55
Nina / alasali

17:30 Iisijumppa 55
Piritta / yläsali

18:35 DFY 60
Hanna / yläsali

PERJANTAI

8:00 Voima 55
Nina / yläsali

17:15 Just Dance 55
Maria / yläsali

18:20 Pilates 55
Maria / yläsali

LAUANTAI

10:00 Muokkaus 45
Toni / yläsali

10:50 Core 30
Toni / yläsali

11:25 Kehonhuolto 30
Toni / yläsali

SUNNUNTAI

17:00 Body 50
Hanna / yläsali

18:00 Lavis 55
Hanna / yläsali

Virtuaalisalissa Virtual Spinning 40'
Ti & To klo 9:30 & 17:30
Su klo 12

Pidätämme oikeuden tuntimuutoksiin, tuurauksista ilmoitetaan verkkosivuilla sekä sosiaalisen median kanavissa