

**Maanantai**

- 10.00-10.55 hiit+core / tatamit / Ulla 13.12. & 20.12. & 3.1. / Anne 27.12.  
 17.00-17.55 body / ls 1+2 / Kirsi 13.12. & 20.12. & 27.12. / Ulla 3.1.  
 18.05-18.55 myride / Mari 13.12. / Ulla 20.12. karaoke / Maija 27.12. / Mari 3.1.  
 19.05-20.00 kehonhuolto / ls 1+2 / Mari 13.12. / Ulla 20.12. / Maija 27.12. / Mari 3.1.

**Tiistai**

- 10.00-10.55 body / ls 1+2 / Anne 28.12. / Ulla 4.1. (ei 14.12. & 21.12.)  
 17.00-17.55 kiinteytys/ls 1+2 / Sanna V 14.12. & 21.12. & 28.12. & 4.1.  
 18.00-18.55 dance+core / ls 1+2 / Sanna V 14.12. & 21.12. & 28.12. & 4.1.  
 19.00-19.55 kahvakuula/ ls 1 / Mari 14.12. & 21.12. & 4.1. // body / Katri L 28.12.  
 20.00-20.55 yogaflow / ls1 / Mari 14.12. & 21.12. & 4.1. // kehonhuolto / Katri L 28.12.

**Keskiviikko**

- 10.00-10.55 kiinteytys / ls 1 / Ulla 15.12. & 22.12. & 5.1. / Kirsi 29.12.  
 17.00-17.55 kiertoharjoittelu / ls 3 / Ulla 15.12. & 22.12. & 5.1. / Rasmus 29.12.  
 18.00-18.55 body / ls 1+2 / Ulla 15.12. & 22.12. & 5.1. / Katri L 29.12.  
 19.00-19.55 kiinteytys / ls 1 / Anne 15.12. / Katri L 22.12. & 29.12. / Sanna V 5.1.

**Torstai**

- 10.00-10.55 body / ls 1+2 / Sanna V 30.12. & 6.1. (ei 16.12. & 23.12.)  
 17.00-17.55 kiinteytys / ls 1 / Jonna 16.12. & 23.12. & 30.12. & 6.1.  
 18.00-18.55 kahvakuula / ls 2 / Leonid 16.12. & 23.12. & 30.12. & 6.1.  
 19.00-19.55 dance / ls 1+2 / Leonid 16.12. & 23.12. & 30.12. & 6.1.

**Perjantai**

- 10.00-10.55 kiinteytys / ls 1+2 / Kirsi 17.12. / Sanna V 31.12 / Ulla 7.1. (ei 24.12.)  
 17.00-17.50 sisäpyöräily perus / Mari 17.12. / Ulla 7.1. (ei 24.12. & 31.12.)  
 18.00-18.55 pump / ls 1 / Mari 17.12. / Ulla 7.1. (ei 24.12. & 31.12.)

**Lauantai**

- 10.00-10.55 kiinteytys / ls 1+2 / Anne 18.12. / Sanna V 8.1. (ei 25.12. & 1.1.)  
 11.00-11.55 body / ls 1+2 / Anne 18.12. / Sanna V 8.1. (ei 25.12. & 1.1.)  
 12.00-13.15 keppipilates / ls 4 / Airi 18.12. & 8.1. (ei 25.12. & 1.1.)

**Sunnuntai**

- 10.00-10.55 Kinkunsulattelutunti - sopii kaikille! / ls1+2 / Sanna V (**Huom! vain 26.12.**)  
 12.00-12.55 latin sweat&fun / ls 1 / Jacqueline 19.12. & 2.1. & 9.1. (ei 26.12.)  
 17.00-17.55 kiinteytys / ls 1+2 / Mari 19.12./ Anne 2.1. & 9.1. (ei 26.12.)  
 18.00-18.55 body / ls 1+2 / Mari 19.12. / Anne 2.1. & 9.1. (ei 26.12.)  
 18.05-18.55 sisäpyöräily teema/Ulla 19.12. joulukaraoke/Maija 2.1. intervalli/Ulla 9.1. karaoke(ei 26.12.)

**Voit tulla mukaan joulunajan anytimekortilla, kertamaksulla 10€/h, 10x jumppakortilla;**

**jooga ja pilates 15€/h tai 5xjoogakortilla. Joulunajan anytimekortti 55€ voimassa**

**13.12.2021 - 9.1.2022 (sisältää kaikki tunnit).**

**Pidätetään oikeus muutoksiin.**