

# RYHMÄLIIKUNTA TOUKOKUU 2025

MA	Klo 16.30	Body	Sali 1	Kirsi J.
	Klo 17.30	Yogaflow	Sali 4	Mari R.
	Klo 17.30	Kiinteytys	Sali 1	Katri L.
	Klo 18.30	Sisäpyöräily		Mari R.
	Klo 18.30	Kahvakuula	Sali 1	Katri L.
TI	Klo 17.00	Kiertoharjoittelu	Sali 3	Rasmus K.
	Klo 17.00	Kiinteytys	Sali 1	Mari R.
	Klo 18.00	Toiminnallinen treeni	Sali 1	Mari R.
	Klo 19.00	Kehonhuolto	Sali 1	Henna U.
KE	Klo 17.00	Step&Body	Sali 1	Jonna H.
	Klo 17.30	Ulkotreeni		Marjut A.
	Klo 18.00	Dancemix	Sali 1	Jonna H.
	Klo 19.00	Pump	Sali 1	Anne A.
TO	Klo 17.00	Body	Sali 1	Marjut A.
	Klo 18.00	Jättipallo	Sali 1	Henna U.
	Klo 19.00	Ryhtiä rankaan	Sali 1	Henna U.
	Klo 19.00	Salsa	Sali 2	Leonid M.
PE	Klo 10.00	Kiinteytys	Sali 1	Kirsi J. / Henna U.
	Klo 18.00	Body	Sali 1	Vaihtuva ohjaaja
LA	Klo 9.30	Sisäpyöräily		Vaihtuva ohjaaja
	Klo 10.30	Body	Sali 1	Vaihtuva ohjaaja
SU	Klo 10.00	Kiinteytys	Sali 1	Vaihtuva ohjaaja
	Klo 17.00	Kiertoharjoittelu	Sali 3	Vaihtuva ohjaaja
	Klo 18.00	Body	Sali 1	Vaihtuva ohjaaja

