

Maanantai

Aika	Tunti	Tila	Ohjaaja
11.00-11.55	KEHONHUOLTO	SALI 1+2	HENNA U.
16.30-17.25	BODY	SALI 1	KIRSI J.
17.00-17.55	PERUS CIRCUIT	SALI 3	VERA S.
17.30-18.25	DANCEMIX	SALI 1	JONNA H.
17.30-18.20	SISÄPYÖRÄILY	SISÄPYÖRÄILY-SALI	MARI R.
18.30-19.25	KIINTEYTYS	SALI 1	JONNA H.
18.35-19.30	TOIMINNALLINEN VOIMATREENI	SALI 2	MARI R.
19.15-20.10	SOMAATTINEN JOOGA	SALI 4	JOHANNA P.
19.35-20.30	ÄIJÄJOOGA	SALI 1	MARI R.

Tiistai

17.00-17.55	KIINTEYTYS	SALI 1	SANNA V.
17.00-17.55	VOIMA CIRCUIT	SALI 3	RASMUS K.
18.00-18.55	PUMP	SALI 1	SANNA V.
18.10-19.05	PERUS CIRCUIT	SALI 3	RASMUS K.
19.15-20.10	PILATES ALKEET	SALI 4	LEENA U.

Keskiviikko

11.00-11.55	KEHONHUOLTO	SALI 1	KIRSI J.
16.45-17.40	POWERSTEP	SALI 1	MARI R.
17.00-17.55	TOIMINNALLINEN CIRCUIT	SALI 3	MARJUT A.
17.45-18.40	RYHTIÄ RANKAAN	SALI 1	MARI R.
18.10-19.05	ÄIJÄ CIRCUIT	SALI 3	MARJUT A.
18.45-19.40	SALSA	SALI 1	LEONID M.
18.50-19.45	YOGAFLOW	SALI 4	MARI R.

Torstai

Aika	Tunti	Tila	Ohjaaja
17.00-17.55	BODY	SALI 1	MARJUT A.
17.00-17.50	SISÄPYÖRÄILY	SISÄPYÖRÄILY-SALI	VAIHTUVA
18.00-18.55	DANCEMIX	SALI 1	MARJUT A.
18.00-18.55	KAHVAKUULA	SALI 2	VAIHTUVA
18.00-18.55	LADY CIRCUIT	SALI 3	HENNA U.
19.05-20.00	KEHONHUOLTO	SALI 1	HENNA U.

Perjantai

10.00-10.55	KIINTEYTYS	SALI 1	KIRSI J.
17.00-17.55	KIINTEYTYS	SALI 1	VAIHTUVA
18.00-18.55	VOIMA CIRCUIT	SALI 3	VAIHTUVA

Lauantai

09.30-10.25	KIINTEYTYS	SALI 1	VAIHTUVA
09.30-10.20	SISÄPYÖRÄILY	SISÄPYÖRÄILY-SALI	VAIHTUVA
10.30-11.25	BODY	SALI 1	VAIHTUVA
12.15-13.10	DANCE SWEAT&FUN	SALI 1	JACQUELINE
13.15-14.10	DANCE CHOREOGRAPHY	SALI 1	JACQUELINE

Sunnuntai

10.00-10.55	KIINTEYTYS	SALI 1	VAIHTUVA
17.00-17.55	PERUS CIRCUIT	SALI 3	VAIHTUVA
18.00-18.55	INTERVALLIBODY	SALI 1	VAIHTUVA
18.00-18.55	RENTOUTTAVA JOOGA	SALI 4	SIRPA K.
19.00-19.55	DANCEMIX	SALI 1	LEONID M.

Salit 1-4, sisäpyöräilysali/Erätalo

Pidätämme oikeudet muutoksiin.