

- Kevyt
- Keskiraskas
- Raskas

- 📺 Video-ohjattu tunti
- ♥ Mahdollisuus käyttää sykeohjattua järjestelmää
- ★ Uutuus!

MAANANTAI

📺 9.00 | **BODYPUMP™45**

10.00 | Ride
VoittoPilates45

15.30 | Ansku
BODYPUMP™45

16.30 | Juho
VoittoPeto50

17.30 | Henna
BODYATTACK™45

18.30 | Ride
Kiinteytys30

19.00 | Henna
BODYJAM™

19.10 | Ride
Fillari45

20.10 | Ride
Huoltava Jooga50

TIISTAI

📺 9.00 | **BODYPUMP™45**

10.00 | Ride
Fillari30& Pumppi30

16.10 | Anneli
Fascial®45

17.00 | Henna
BODYCOMBAT™45

17.20 | Juho
Fillari55 ♥

17.50 | Henna
Peppu30

18.30 | Mari
Zumba®

19.30 | Mika
GRIT™

20.10 | Mika
BODYPUMP™

KESKIVIIKKO

📺 9.00 | **BODYPUMP™**

📺 10.00 | **BODY-BALANCE™45**

16.20 | Mervi
VoittoFysio50 ★

17.20 | Riikka
Kuntopiiri50

18.00 | Ride
Fillari50

18.20 | Riikka
RPV45

19.10 | Ride
VoittoPilates45

20.00 | Mirka
Kahvakuula50

TORSTAI

📺 9.00 | **CXWORX™**

10.00 | Mika
Fillari30& Pumppi30

16.40 | Elina
BODYPUMP™

17.10 | Mirka
SPRINT™

17.50 | Elina
CXWORX™

18.25 | Mirka
Peppu30

19.00 | Piritta
ZUMBA® 50

20.00 | Piritta
BODYBALANCE™

PERJANTAI

📺 8.00 | **BODYPUMP™45**

📺 9.00 | **CXWORX™**

10.00 | Henna
BODYPUMP™

16.30 | Riikka
Kiinteytys45

17.20 | Linda
SH'BAM™

18.10 | Anneli
VoittoHuolto50

LAUANTAI

📺 9.00 | **BODYPUMP™45**

10.00 | Ride
Fillari30& Pumppi30

11.10 | Ride
Huoltava Jooga50

12.10 | Mirka
Kahvakuula50

SUNNUNTAI

📺 9.00 | **BODY-PUMP™45**

📺 10.00 | **BODY-BALANCE™45**

11.00 | Juho
Fillari30& Pumppi30

15.30 | Kaisa
ZUMBA®

17.00 | Riikka
SuperBody

18.10 | Riikka
Syvävenyttely

