

POIKKEUSAJAN AIKATAULU

11.1.-24.1.

MAANANTAI

17.15 Yogafunc 45 + STREAM / Anu

18.05 LM BODYCOMBAT 55 + STREAM / Kia

18.30 ULKOTREENIT 45 / Jaana

TIISTAI

7.30 Kehonpaino ja Liikkuvuus 45 / Jaana + STREAM

17.15 Reisi,vatsa,pakara 45 / Milana + STREAM

18.00 Kehonhuolto 45 / Milana + STREAM

KESKIVIikko

16.30 Niska-hartia 45 / Minna + STREAM

17.15 Core 45 / Minna + STREAM

18.15 ULKOTREENIT 45 / Jaana

19.15 Spinning 45 / Jaana + STREAM

TORSTAI

17.15 Kahvakuula 45 / Jaana + STREAM

18.05 Tabata 30 / Jaana + STREAM

18.45 Pilates 45 / Jaana + STREAM

PERJANTAI

11.00 Coreheat 30 / Jaana + STREAM

11.35 Kehonpaino & Liikkuvuus 30 / Jaana + STREAM

LAUANTAI

10.00 LM BODYCOMBAT 55 / Henna + STREAM

11.05 LM BODYPUMP 55 / Henna + STREAM

SUNNUNTAI

16.00 ULKOTREENIT 45 / Jaana

17.00 Kehonhuolto 30 / Jaana + STREAM

