

# SÄTERINPORTTI RYHMÄLIIKUNTA KEVÄT 2024

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	6.45 SPINNING 45 / JAANA 			11.00 LOUNAS CROSSI 30 / JAANA	10.20 SPINNING SYKE 55 / HENNA 	
	7.35 MOVEMENT 45 / JAANA 		9.30 LM CORE 45 / KIA	11.35 MOVEMENT 30 / JAANA	11.25 LM BODY PUMP 55 / HENNA 	
17.00 BODY COMBAT 55 / KIA 	17.15 BODY PUMP 55 / KIA 	16.45 SPINNING SYKE 45 / JENNI 	17.00 KAHVAKUULA 50 / S-BOX IINA			
18.05 BODY PUMP 55 / KIA 	18.20 LM CORE 45 / KIA 	17.40 CIRCUIT TRAINING IINA 	17.45 PILATES 45 / NATHALY 	17.15 LM BODY BALANCE 55 / SARI 		17.45 SPINNING BASIC 55 VAIHTUVA OHJAAJA
19.15 AROMA FLOW JOOGA 55 JUTTA 	19.15 LEMPEÄ AROMA YIN 55 MARKO 	18.30 SYVÄVENYTTELY IINA 	18.35 LATIN FIT 50 / NATHALY 			19.05 LEMPEÄ YIN JOOGA 60 / SARI 

## S-BOX REBELS

  
TÄMÄ TUNTI  
STRIIMATAAN

					10.30 REBELS 45 JAANA	16.30 THE REBELS 55' MILJA
18.15 REBELS 45 NINA	18.00 START UP REBELS 45 MILJA / JENNI		18.00 THE REBELS 45 IINA			HUOM: tunti pidetään 31.3., 14.4., 28.4., 12.5., 26.5

Pidätämme oikeudet muutoksiin aikataulussa. Stream tunnit järjestetään toistaiseksi.