

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	Klo 8.30-9.20 VatsaPakara - Aino	Klo 9.00-10.00 LadyJumppa - Annuski	Klo 9.00-10.15 DanceMix & venyttely - Minna	Klo 9.00-10.00 Kahvakuula – Vera		
klo 9.00-10.00 BodyCombat/Annuski (vain 27.5.)	klo 9.30 – 10.30 FasciaMethod – Aino (28.5.-2.7.)	klo 9.00 virtuaalispinning	klo 9.00 virtuaalispinning	klo 10.10-11.00 AamuPilates –Vera (31.5.-14.6.)	Klo 9.30-10.30 Vatsapakara/Annuski (1.6-29.6)	Klo 10.00-11.00 Kiinteytys – Kati (2.6.-30.6)
	klo 8.30 virtuaalispinning			klo 9.00 virtuaalispinning		Klo 11.10-12.00 YINvenyttely – Kati (2.6.-30.6.)
klo 18 & 19 virtuaalispinning	klo 18 & 19 virtuaalispinning	klo 18 & 19 virtuaalispinning	klo 18 & 19 virtuaalispinning	klo 17.00-18.00 Kehonhuolto – Aino (31.5.-17.6)		
klo 17.40-18.20 Zumba/Marja (27.5.-17.6.)	Klo 18.00-18.45 BodyCombat® - Annuski*)	Klo 18.00-19.15 Kiinteytys & venyttely - Emilia	Klo 18.00-19.00 LadyJumppa - Aino			
Klo 18.30-19.20 VatsaPakara - Emilia	Klo 19.00-19.30 GRIT™strenght - Annuski		klo 19.10-20.00 FasciaMethod/Aino (30.5-27.6.)			

Lukujärjestys on voimassa ma 27.5. – 4.8.2019. Pidätämme oikeuden muutoksiin. Ohjaajien lomasijaisuudet näkyvät ilmoitustaululla.

*) BodyCombat tunti vedetään BodyCombat- tekniikkakiertoharjoitteluna ajalla 4.-18.6.

Ei tunteja Helatorstaina 30.5. eikä Juhannuksena 20. - 23.6.2019