

<b>MAANANTAI</b>	<b>TIISTAI</b>	<b>KESKIVIIKKO</b>	<b>TORSTAI</b>	<b>PERJANTAI</b>	<b>LAUANTAI</b>	<b>SUNNUNTAI</b>
9:00-10:00 BodyCombat®/Annuski	9.00-9.45 VatsaPakara/Aino	8.00-8.50 GRITStrengt®/Annuski	8.00-9.00 Kiinteytys/ Minna	9:00-10:00 LadyJumppa/Annuski/Vera	9.30-10.20 VatsaPakara/Annuski	
9:00 Virtuaalispinning	9.00 Virtuaalispinning	8.00 Virtuaalispinning	8:00 Virtuaalispinning	9:00 Virtuaalispinning	10.30-11.00 GRITstrenght®/Annuski	10.00-11.00 Kiinteytys/Kati/Satu
10.10-11.00 Kehonhuolto/Annuski	10.00-11.00 AamuJumppa/Aino		9:15-10:00 DanceMix/ Minna	10.10-11.00 AamuPilates/Annuski/Vera		11.10-12.00 Kehonhuolto/Kati/Satu
17:00 Virtuaalispinning	17:00 Virtuaalispinning	17:00 Virtuaalispinning	17:00 Virtuaalispinning			
18.00-18:45 Afro parilliset vkt/Step parittomat vkt/ Kati	17.50-18.50 BodyCombat®/Annuski	17:50-18:50 LadyJumppa/Aino	18.00-18.50 VatsaPakara/Kati	17.30-18.30 YinJooga/Salla		
18:00 Virtuaalispinning	18:00 Virtuaalispinning	18:00 Virtuaalispinning	18:00 Virtuaalispinning			
19.00-20.00 Body/Kati	19:00-19:50 Pilates/Annuski	19.00-20.00 FasciaMethod/Salla/Aino	19:00-20.00 LempeäAvaus/Kati			
19:00 Virtuaalispinning	19:00 Virtuaalispinning	19:00 Virtuaalispinning	19:00 Virtuaalispinning		Isosali	Virtuaalistudio

Maanantain Afro & Step – vuorottelevat. Afroa parillisina viikkoina ja Step-tunti parittomina. Seuraathan ilmoitustaulua tuntimuutoksista, kiitos ☺ Virtuaalispinning- studioon on vapaa pääsy aina liikuntakeskuksen aukioloaikoina. Huolehdiathan, että oma tuntisi loppuu ennen oheista aikataulutettua tuntia, kiitos.