

RYHMÄLIKUNNAN LUKUJÄRJESTYS, KEVÄT 2019 (7.1.-5.5.2019), MUUTOKSET MAHDOLLISIA

RYHMÄLIKUNTATILA						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
BODYPUMP45 17:00-17:45 Sanna M.	BODYSTEP45 17:15-18:00 Sanna M.				RPV45 09:45-10:30 VO	
BODYBALANCE 17:55-18:55 Sanna M.	TRX 18:10-19:10 Sanna M.		TRX45 17:15-18:00 Emmi			
LAVIS /POUNDPRO 19-20/Sari-Anne		Kansalaisopiston KUNTONYRKKEILY 19:00-20:00/Terhi	Kansalaisopiston KUNTONYRKKEILY 19:15-20:15/Terhi			
SPINNINGSAALI						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Opiston spinning 18-18:50/Tanja					SPINNING 40 10:40-11:20/VO	
SPINNING 45 19:00-19:50 Tanja		SPINNING 45 19:00-19:45 Riku	SPINNING 45 18:10-18:55 Emmi			
KUNTOSALI						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
CIRCUIT 17:30-18:30 VO		CIRCUIT 17:30-18:30 Outi	Kansalaisopiston kevyt kuntopiiri 18:00-19:00/Terhi			

idempoi

idempoi