

GRUPPTRÄNING | RYHMÄLIIKUNTA

SCHEMA 5.1.-31.5.2026 LUKUJÄRJESTYS

	må - ma	ti	ons - ke	to	fre - pe	la	sö - su
MORNING						* 9-10 Pilates Krissu ENDS 25.4.2026	
17.00 - 18.00	* Idas Bootcamp Ida		HYROX Eddi		* 17.00-17.45 Cycling 45 Alexandra R. ENDS 24.4.2026	10-11 HYROX Riku	17.30-18.30 HYROX Alexandra R.
18.00 - 19.00		* 17.30-18.15 Maria's RETRO Maria	* Rock Cycling Uffe ENDS 29.4.2026	* 18.30-19.30 Bodytrim Krissu ENDS 23.4.2026			* 17.00-18.00 Maria's RETRO Maria STARTS 25.1.2026
18.15 - 19.15	HYROX Ida	* 18.15-19.00 Stretch & töj Maria	* 18.15-19.45 Power Hour Moa	18.30-19.30 Alexia Strength Louise			* 18.00-18.45 Pilates Lina
19.00 - 20.00	* 19.15-20.00 Cycling 45 Louise & Krissu ENDS 31.3.2026						

* Passar även för nybörjare | Sopii myös aloittelijoille

* Timmen hålls i salen på tredje våningen (3rd Floor) | Tunti pidetään 3. kerroksen salissa (3rd Floor)

Vi förbehåller oss rätten till ändringar | Pidätämme oikeuden muutoksiin