Ryhmäliikunta kausi 2024

Jyväskylä Kauppakulma Group 13.5.-25.8.2024

Skannaa QR-koodi & lataa sovellus nähdäksesi tarkemmat ryhmäliikunta-aikataulut ja varataksesi tunnin.

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10:00 BodyCombat 45	09:00 Jooga 75		10:00 BodyPump 45		10:00 IC Endurance 60	
10:55 IC Beat 45			10:55 BodyBalance 60		10:10 BodyCombat 60	
17:15 LesMills Core 30	16:00 Peppu-Vatsa 45	16:00 BodyCombat 60	16:30 BodyAttack 60	16:30 IC Beat 30		16:15 IC Beat 45
18:00 IC Beat 45	16:15 IC Endurance 75	17:40 DanceMix 45	17:40 IC Base 60	17:10 BodyPump 60		17:10 DanceMix 45
18:00 LesMills Dance	16:55 BodyAttack 30	17:40 IC Interval 45	17:40 Peppu-Vatsa 45	18:20 Pilates 55		18:00 Jooga/Balance 60
18:55 BodyBalance 45	17:40 BodyPump 60	18:35 LesMills Core 30	18:35 Jooga/Kehonhuolto			
	18:50 Pilates 45					
		17:00 Peppu-Vatsa in the Park 45	16:00 Yoga in the Park			