Ryhmäliikunta kesä 2024

Vantaa Kivistö Group 13.5.-30.6.2024 & 1.8.-25.8.2024

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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
				10:00 Peppu-Vatsa 45		
				10:55 Kehonhuolto 45	10:30 BodyPump 60	
					11:40 Kehonhuolto 55	12:00 Jooga 90
16:30 DanceMix 55	16:30 BodyCombat 60		16:30 DanceMix 55	16:15 DanceMix 55		
17:35 BodyPump 60	17:40 BodyPump 60	17:15 BodyAttack 60	17:35 BodyCombat 60	17:25 Jooga 55		
18:50 BodyAttack 60	18:55 LesMills Dance 45	18:25 LesMills Core 30	18:45 BodyPump 60			
	19:50 Jooga 55	19:05 Peppu-Vatsa 55				

Ryhmäliikunta kesä 2024 II

Vantaa Kivistö Group 1.7.-31.7.

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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10:00 Peppu-Vatsa 45						
10:55 Kehonhuolto 45					10:30 BodyPump 60	
					11:40 Kehonhuolto 55	
16:30 DanceMix 55	16:30 BodyPump 60	16:30 BodyCombat 60	16:30 BodyAttack 60	16:30 Peppu-Vatsa 55		
17:35 LesMills Core 30	17:45 BodyAttack 60	17:40 Dancemix 55	17:40 Iisi Startti 45			
18:15 BodyCombat 60	18:55 DanceMix 45	18:45 LesMills Core 30	18:35 DanceMix 55			
19:25 BodyPump 60	19:50 Iisi Startti 45	19:25 Peppu-Vatsa 55	19:40 BodyPump 60			