

Ryhmäliikunta kevät 2024



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

Helsinki Kluuvi 13.5.-25.8.24

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10:00 Indoor Cycling Endurance 45'		10:00 LesMills Core 30'	10:00 Indoor Cycling Beat 45'	10:00 BodyAttack 45'		
11:00 Peppu-Vatsa 45'		10:40 BodyCombat 45'	11:00 BodyPump 45'	10:55 Kehonhuolto 45'		
		11:35 BodyBalance				
16:30 BodyPump 60'		16:00 DanceMix 45'	16:00 Power Jooga 55'	16:30 BodyPump 45'		
16:30 Indoor Cycling Endurance 90'	6:00 Peppu-Vatsa 55'	16:00 Indoor Cycling Base 45'	17:00 Indoor Cycling Beat 60'	17:30 BodyJam 45'		
17:40 LesMills Core 30'	17:00 Indoor Cycling Endurance 60'	16:55 Kehonhuolto 45'	17:05 Peppu-Vatsa 55'	17:30 Indoor Cycling Interval 45'		
18:15 Indoor Cycling HIIT 30'	17:35 BodyCombat 60'	17:00 Indoor Cycling Beat 45'	18:05 BodyCombat 45'	18:25 LesMills Core 30'		
18:20 BodyAttack 45'	18:15 Indoor Cycling Base 45'	17:50 BodyAttack 60'	18:15 Indoor Cycling Endurance 45'	19:05 BodyCombat 45'		
19:00 Indoor Cycling Interval 60'	18:45 BodyPump 45'	19:05 BodyPump 60'	19:00 BodyBalance 60'			
19:15 BodyJam 60'						