Ryhmäliikunta syksy 2024

Lappeenranta IsoKristiina Group 26.8-31.12.2024

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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
			10:00 BodyPump 45		10:00 BodyCombat 45	
	11:00 Jooga 55				11:00 BodyPump 60	
16:30 BodyBalance 55	16:30 BodyPump 45	16:30 Kehonhuolto 45	16:00 BodyCombat 60	16:30 Peppu-Vatsa 45		
17:35 LM Core 30'	17:25 BodyAttack60	17:25 Peppu-Vatsa 45	17:10 Iisi-Startti 45	17:25 DanceMix 55		
18:15 Peppu-vatsa 55	18:35 Peppu-Vatsa 45	18:20 BodyPump 60	18:05 PowerJooga 55			18:30 Jooga 75
19:20 DanceMix	19:30 Kehonhuolto 45	19:30 DanceMix				
			17:00 Laiteopastus 45 parittomilla viikoilla			