Ryhmäliikunta syksy 2024

Mikkeli Keskusta Group 25.11.-31.12.2024

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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
		08:00 Peppu-Vatsa 30'				
	09:00 Iisi Startti 45'	08:40 BodyCombat 45'				
16:30 BodyCombat 60'	16:30 Peppu-vatsa 45'	16:45 PowerJooga 55'	16:30 BodyPump 60'	16:45 Jooga 75'		
17:40 BodyAttack 45'	17:25 Kehonhuolto 55'	17:50 Peppu-Vatsa 45'	17:40 Iisi Startti 45'			
18:35 BodyBalance 60'		18:45 BodyBalance 60'	18:35 Pilates 55'			18:00 Pilates 55'

Ryhmäliikunta syksy 2024

Mikkeli Keskusta Group 26.8.-24.11.2024

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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
08:00 IisiStartti 30'		07:30 Peppu-vatsa 30'				
08:40 BodyPump 45'		08:10 BodyCombat 45'				
					09:30 BC/BP/ABT 45'	
				11:00 IisiStartti 45'		
16:15 BodyCombat 60'	16:15 Peppu-vatsa 45'	16:15 BodyPump 60'	16:45 Kehonhuolto 45'	16:45 Jooga 75'		
17:25 Kehonhuolto 55'	17:10 PowerJooga 55'	17:25 BodyBalance 60'	17:40 IisiStartti 45'			
18:30 Peppu-vatsa 45'	18:15 BodyPump 45'	18:35 Peppu-vatsa 55'	18:35 Pilates 55'			18:00 Pilates 55'
19:25 BodyBalance 60'	19:10 Kehonhuolto 55'					