BECOME RYHMÄLIIKUNTA KEVÄT 2024

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
		klo 6.30 Crosstraining 45 Antti/Minna	klo 6.30 Crosstraining 45 Antti/Minna			
	klo 9.00 Circuit 55 Minna		klo 9.00 Body 45 Satu-Maria		klo 10.00 Spinning Basic 45 Milja	klo 10.00 Energisoiva Flow Jooga 60 / Jutta
klo 9.30 Fitball 55 Minna	klo 10.00 Core 45 Minna		klo 9.50 Pilates 55 Satu-Maria	klo 9.35 FasciaMethod 55 Sinttu	klo 11.00 Pump 55 Milja	
klo 16.30 Crosstraining 45 Antti/Minna						
klo 17.30 Spinning Interval 55 / Johanna	klo 17.30 Spinning Interval 45 / Ketlin	klo 17.30 Hiit & Core 45 Sinttu	klo 17.30 Step 55 Minna			
klo 17.30 RVP 45 Milsse	klo 17.30 Kahvakuula 45 Miisa	klo 18.25 Spinning Interval 45 / Sinttu	klo 17.30 Lämpö Power Flow 75 / Gloria	klo 17.30 RVP 45 Miisa / Arla		klo 17.30 Piloxing 45 Milsse
klo 18.00 Lämpö Vinyasa Flow 60 / Gloria	klo 18.30 Pump 55 Ketlin	klo 18.30 Crosstraining 45 Antti/Minna	klo 18.30 Body 55 Minna			klo 18.20 Pilates 45 Milsse
klo 18.20 Zumba 50 Milsse	klo 19.15 Lämpö Yogafunc 45 /Arla	klo 18.30 Dance Johanna / Ketlin				klo 18.15 Lämpö Aroma Yin & Äänimaljarentoutus 75 / Jutta
klo 19.15 Lämpö Aroma Yin 75 / Gloria		klo 19.20 FasciaMethod 60 Sinttu				

Pidätämme oikeudet muutoksiin aikataulussa.

WWW.BECOME.FI