

SYKSY + ON LINE-RYHMÄLIIKUNTA-AIKATAULU 2023

Alkaa ma 28.8.2023

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10.00-10.45 Barre Flow/ON-LINE Nana	9.30-10.00 Functional Trainer Nana	9.00-9.45 CrossCircuit Maritza	9.30-10.00 Muokkaus Virtuaali	10.15-10.45 Functional Trainer Virtuaali	10.00-10.45 CrossCircuit Maria	12.00-13.00 BODYCOMBAT® VIRTUAL
11.00-11.15 Venyttely 15` Virtuaali	10.15-11.00 Pilates/ON-LINE Nana	9.50-10.35 Dance Mix/ON-LINE Maritza	10.05-10.50 Jooga Virtuaali	11.00-12.00 FasciaMethod®/ON-LINE Minna		18.00-18.40 FasciaMethod Virtuaali
15.30-16.00 RVP Virtuaali	15.30-16.05 M.A.X.® Virtuaali	15.45-16.30 RVP/ON-LINE Maritza	15.00-16.00 Kuntojumppa Tiina	15.30-15.55 Vatsa Pakara Virtuaali		
17.00-18.00 Jooga/ON-LINE Emma	16.30-17.15 Muokkaus/ON-LINE Svetlana	16.35-17.05 Kahvakuula Maritza	17.00-17.15 Keppijumppa 15` Virtuaali	18.00-19.00 BODYCOMBAT® VIRTUAL	Vastaanotto avoinna: Ma 12-18 Ti-to 15-18 Pe-su Suljettu <ul style="list-style-type: none"> • Asiakaspalvelu muina aikoina ajanvarauksella. • Avainkortilla kulku päivittäin klo 5-24 Kurjenmäenkatu 3, 20700 Turku p. 040 7758427	
18.30-19.15 CrossCircuit Maria	18.00-19.00 BODYPUMP® Tiina	17.15-17.40 Core Venyttely Virtuaali	17.30-18.30 BODYPUMP® Nana			
19.45-20.30 SH`BAM® VIRTUAL		18.30-19.30 FasciaMethod®/ON-LINE Suvi/Minna/ Maria				

Seuraa AVOINNA24-ajanvarauskalenteria!

- ON LINE = MYÖS On-line-tuntina (Momet Studio)
- Virtual-tunnit ajastettavissa päivittäin oman aikataulusi mukaan (huomioiden olemassaoleva aikataulu)

Pidätämme oikeuden muutoksiin!

Virtuaali/Virtuaali

Keho ja mieli

Helppoa ja tehokasta

Liikettä ja riemua