

KEVÄT + ON LINE-RYHMÄLIIKUNTA-AIKATAULU 2024

Ma 8.1.24 alkaen

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10.00-10.45 Barre Move Nana	9.30-10.00 Functional Trainer Nana	9.00-9.45 CrossCircuit Maritza	10.00-11.00 Kuntojumppa Hanna	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 Maritza	17.00-17.15 Keppijumppa Virtuaali	11.00-12.00 FasciaMethod®/ON-LINE Minna		18.00-19.00 FasciaMethod®/ON-LINE Maria
15.30-16.15 Dance-Mix Virtuaali	15.30-15.55 Vatsa Pakara Virtuaali	17.00-17.45 Barre Move Nana	17.30-18.30 BODYPUMP® Nana	16.30-17.30 UUTUUS FasciaMethod POWER© Minna		
17.00-18.00 Jooga/ON-LINE Emma	17.00-17.45 Ryhdkäs Ranka Emma	17.50-18.20 Core Venyttely Virtuaali	18.45-19.30 Pilates/ON-LINE Minna			
18.30-19.15 CrossCircuit Maria	18.15-19.15 BODYPUMP® Hanna	18.30-19.10 FasciaMethod© Virtuaali				
19.45-20.30 SH`BAM® VIRTUAL						

Vastaanotto avoinna:

Ma 12-18

Ti-to 15-18

Pe-su Suljettu

- Asiakaspalvelu muina aikoina ajanvarauksella.
 - Avainkortilla kulku päivittäin klo 5-24
- Kurjenmäenkatu 3, 20700 Turku
p. 040 7758427

Seuraa AVOINNA24-ajanvarauskalenteria!

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

Pidätämme oikeuden muutoksiin!

Virtual/Virtuaali

Keho ja mieli

Helppoa ja tehokasta

Liikettä ja riemua