movet Studio | movet ladies KUNTOKESKUS

KESÄ + ON LINE RYHMÄLIIKUNTA-AIKATAULU 2025

Päivitetty 11.6.2025

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10.00-10.45 Barre Flow Nana	**9.30-10.00** Functional Trainer Nana	**9.00-9.45** CrossCirquit Maritza	**10.00-11.00** Kuntojumppa Hanna	**9.15-9.45** Functional Trainer Virtuaali	**10.00-10.45** * CrossCirquit Maria	**19.00-19.45** Jooga Virtuaali
11.00-11.15 Venyttely 15` Virtuaali	**10.15-11.00** Pilates/ON-LINE Nana	**9.50-10.35** Kehonhuolto Maritza	**15.30-16.00** Core Venyttely Virtuaali	**10.00-11.00** FasciaMethod®/ON-LINE Minna		
15.30-16.15 BODYPUMP 45® VIRTUAL	**15.30-16.15** DANCE® VIRTUAL					
		17.00-17.45 Functional Trainer + kahvakuula Satu	**17.00-17.15** Keppijumppa Virtuaali	**18.00-18.55** BODYCOMBAT® VIRTUAL		
17.00-17.45 CrossCirquit Maria	**18.00-19.00** BODYPUMP® Hanna	**18.30-19.00** Muokkaus Virtuaali	**17.30-18.30** BODYPUMP® Nana		**Vastaanotto avoinna:** **Ma 12-18** **Ti-to 15-18** **Pe-su Suljettu**	
18.00-19.00 FasciaMethod®/ON-LINE Maria		**19.05-19.30** Dynaaminen venyttely Virtuaali			**● 30.6.-10.8. vastaanotto auki** **VAIN MA ja TO klo 15.00-18.00**	

● 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)

*** Ilmoittautuminen pe klo 20 mennessä(min.osallistujamäärä 5hlöä)**

Pidätämme oikeuden muutoksiin!

			Virtual/Virtuaali	Keho ja mieli	Helppoa ja tehokasta	Liikettä ja riemua