

KEVÄT + ON LINE-RYHMÄLIIKUNTA-AIKATAULU 2026

Päivitetty 23.1.2026

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
9.30-10.00 Functional Trainer Nana	7.30-8.00 Functional Trainer Virtuaali	10.00-11.00 Kuntojumppa Hanna	9.30-10.15 Barre Flow Nana	7.30-8.15 Jooga Flow Virtuaali	11.00-12.00 BODYPUMP® Hanna	19.00-19.45 Jooga Flow Virtuaali
10.15-11.00 Pilates/ON-LINE Nana	8.05-8.30 Dynaaminen venyttely Virtuaali	15.30-16.00 Core Venyttely Virtuaali	10.30-10.45 Venyttely 15` Virtuaali	9.15-9.45 Functional Trainer Virtuaali		
15.30-16.15 BODYPUMP 45® VIRTUAL	9.30-10.15 CrossCircuit Maritza			10.00-11.00 FasciaMethod®/ON-LINE Minna		
	10.20-11.05 Kehonhuolto Maritza	17.00-18.00 Jooga Flow/ ON-LINE Emma	16.30-17.15 Functional Trainer + kahvakuula Satu			
17.00-17.45 CrossCircuit Maria	15.00-15.45 DANCE® VIRTUAL	18.30-19.30 BODYPUMP® Nana	17.30-18.15 CrossCircuit Maria	18.00-18.55 BODYCOMBAT® VIRTUAL		
18.00-19.00 FasciaMethod®/ON-LINE Maria						
	16.30-17.30 *UUTUUS!BODYPUMP HEAVY® Nana/Hanna					
	18.00-18.45 Ryhdikäs ranka Hanna					

Seuraa AVOINNA24-ajanvarauskalenteria!

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

(huomioiden olemassaoleva aikataulu)

* Tunti voimassa 13.1.-31.3.2026

Pidätämme oikeuden muutoksiin!

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

Virtual/Virtuaali

Keho ja mieli

Helppoa ja tehokasta

Liikettä ja riemua