

RYHMÄLIIKUNNAN VIIKKO-OHJELMA 2025.1

13.1.2025 ->

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Asiakaspalvelu 17:00 - 19:30	Asiakaspalvelu 17:00 - 19:30	Asiakaspalvelu 16:30 - 19:00	Asiakaspalvelu 17:00 - 19:00	Asiakaspalvelu suljettu	Asiakaspalvelu 10:00 - 12:00	Asiakaspalvelu suljettu
klo 17:15 kahvakuula Anna	* klo 6:45 Early Bird Training 45' Vaihtuva ohjaaja	klo 16:45 Kiinteytys Tiia	klo 17:30 Toiminnallinen Treeni Mona	* klo 10:00 Energy_! Svetlana	klo 10:15 LM BodyPump Tiia	klo 17:00 Cycling Basic 45' Marika
klo 18:20 SuomiJumppa Anna	klo 17:15 Cycling Basic 45' Svetlana	klo 17:50 Kehonhuolto 45' Tiia	klo 17:15 Cycling + core Katarina	klo 17:00 LM BodyPump 45' Terhi	klo 11:20 Cycling PRO Marketta	klo 18:00 Toiminnallinen Treeni Marika
klo 18:40 Toiminnallinen Treeni Jenna	klo 17:15 LM BodyPump Terhi	klo 18:45 Cycling HC Mona	klo 18:40 Total Body Katarina			
klo 19:35 Yin-Jooga Jenna	klo 18:30 RVP Ella					
	klo 19:35 TerveSelkä 45' Ella					

smartun!

My Edenred

epass



Kännykkäsi on salikortti!

Lataa sovellus osoitteesta

www.maskugym.fi

* = TUNNILLE OLTAVA VÄHINTÄÄN 5 VARAUSTA 12h ENNEN TUNNIN ALKUA

