Ryhmäliikunta kesä 2025

Oulu Keskusta Group 12.5.-31.8.

Skannaa QR-koodi & lataa sovellus nähdäksesi tarkemmat ryhmäliikunta-aikataulut ja varataksesi tunnin.

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
9:30 Pilates 60					10:00 BodyPump 60	
		11:15 Power Jooga 60			11:10 Kehonhuolto 60	
			12:00 Pilates 60			
			'			
				16:00 Peppu-Vatsa 60		
17:00 Peppu-Vatsa 45	17:00 LesMills Core 30	17:00 BodyCombat 45	17:00 BodyBalance 60	17:10 Pilates 60		17:00 Vaihtuva tunti 60
17:00 Yoga in the Park 60 / Pilates in the Park 60	17:40 BodyPump 60	17:55 BodyAttack 30	18:10 BodyPump 60			18:10 Vaihtuva tunti 60
17:55 DanceMix 45 / LesMills Dance 45	17:40 Indoor Cycling Beat 60	18:35 DanceMix 60	18:15 Indoor Cycling Beat 45			
18:00 Indoor Cycling Endurance 60	18:50 BodyBalance 60	18:40 Indoor Cycling Interval 45	19:20 Jooga 60			
18:50 Kehonhuolto 45 / Kehonhuolto 60		19:45 Pilates 60				