Ryhmäliikunta kausi 2025

Jyväskylä Kauppakulma Group 17.2.-11.5.2025

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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
9:00 BodyCombat 45	8:45 Jooga 75	8:45 BodyAttack 30				
9:55 BodyPump 60	10:05 IC Base 45	9:25 LM Core 30	10:00 IC Beat 45	10:00 Peppu-Vatsa 45	10:00 Jooga 60	10:00 DanceMix 60
12:00 Pilates 60			10:55 LM Core 30	10:55 IC Beat 45	11:05 BodyPump 45	11:10 BodyBalance 45
					12:05 BodyAttack/ BodyCombat 45	
15:00 Jooga 60					13:00 IC Beat/ Endurance 60	
16:25 IC Beat 45	15:30 Pilates 60	16:00 BodyPump 45	16:00 BodyCombat 45	16:00 BodyBalance 60		
16:10 BodyPump 60	16:40 BodyAttack 60	16:55 Kehonhuolto 45	16:40 IC Beat 60	17:10 LM Dance/DanceMix 45		17:00 IC Beat 45
17:20 IC Interval 45	16:30 IC Endurance 75	17:00 IC Interval 45	16:55 Peppu-vatsa 45	17:30 IC Beat 45		17:00 DanceMix 45
17:20 DanceMix 45	17:50 DanceMix 45	17:50 BodyCombat 60	17:50 DanceMix 45	18:05 Combat/Peppu-Vatsa 60		17:55 Peppu-vatsa 45
18:15 BodyBalance 60	18:00 IC Beat 45	17:55 IC Beat 60	17:50 IC Interval 45			18:50 Pilates 60
18:15 IC Base 60	18:45 BodyPump 60	19:00 LM Dance /Peppu-vatsa 45	18:45 BodyAttack 60			19:55 Jooga 60
19:25 LM Core 30	19:55 Kehonhuolto 30	19:55 Pilates 45	20:00 Jooga 60			