Ryhmäliikunta kevät 2025

Turku Port Arthur 17.2.-11.5.2025

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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
			8:00 IC Beat 45			
	9:15 IC Base 60	10:00 IC Beat 45	9:00 BodyPump 45	9:30 Peppu-Vatsa 45	9:15 BodyPump 60	9:30 IC Beat 45
10:00 BodyPump 60	10:30 Iisi Startti 45	10:00 Peppu-Vatsa 45	10:00 Pilates 45	10:25 Kehonhuolto 60	10:30 IC Beat 45	10:30 Pilates 60
11:15 Pilates 60	11:30 Jooga 75	11:00 Kehonhuolto 60			10:30 BodyCompat 45	
					11:25 LM Core 30	
16:15 Power Jooga 60	16:30 LM Core 30	16:30 Jooga 75	16:00 Peppu-Vatsa 60	16:30 LM Core 30		15:45 DanceMix 60
17:30 BodyAttack 60	17:10 IC Interval 45	18:00 BodyPump 60	16:00 IC Base 60	17:10 BodyAttack 45		17:00 Iisi Startti 45
18:00 IC HIIT 30	17:10 DanceMix 60	19:15 DanceMix 60	17:10 Iisi Startti 45	17:10 IC Beat 45		18:00 Jooga 75
18:40 BodyPump 60	18:20 Peppu-Vatsa 45	19:15 IC Beat 60	18:05 IC HIIT 30	18:05 Jooga 60		
19:50 IC Endurance 45	19:15 Kehonhuolto 60	20:25 Pilates 60	18:05 BodyCompat 45			
19:55 BodyCompat 45			19:00 BodyAttack 45			
20:50 Kehonhuolto 30			19:55 Jooga 60			