

# Ryhmäliikunta kausi 17.2.- 11.5.2025

Konala Group



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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
		9:45 BODYBALANCE 60 min				
10:00 PILATES 60 min		11:00 PILATES 60 min	10:00 JOOGA 60 min	10:00 PILATES 60 min	10:40 POWER JOOGA 75 min	
					12:05 DANCEMIX 60 min	11:25 JOOGA 90 min
					13:15 KEHONHUOLTO 60 min	14:00 BODYCOMBAT 60 min
						15:10 LM CORE 30 min
15:30 BODYATTACK 45 min						15:40 LES MILLS DANCE 45 min
16:25 BODYPUMP 60 min	16:00 JOOGA 60 min	16:30 POWER JOOGA 60 min	16:00 DANCEMIX 60 min		15:30 BODYPUMP 60 min	
17:35 LM CORE 30 min	17:10 IISI STARTTI 30 min	17:40 BODYPUMP 60 min	17:10 BODYATTACK 30 min	17:00 IISI STARTTI 45 min	16:40 LM CORE 30 min	18:45 IISI STARTTI 45 min
18:15 DANCEMIX 60min	17:50 PEPPU-VATSA 60 min	18:50 BODYCOMBAT 30 min	17:50 BODYPUMP 60 min	17:55 BODYPUMP 60 min		18:45 BODYATTACK 45 min
19:25 KEHONHUOLTO 60 min	19:00 KEHONHUOLTO 30 min	19:30 BODYBALANCE 60 min	19:05 BODYBALANCE 60 min			19:40 KEHONHUOLTO 30 min
						19:40 BODYBALANCE 60 min