

# Ryhmäliikunta 17.2.-11.5.2025

TURKU KÄVELYKATU



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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10:00 Peppu-vatsa 45	9:30 IC Beat 45	7:30 IC HIIT 30	8:00 Peppu-vatsa 45	10:00 Kehonhuolto 45	9:15 Bodypump 60	10:00 LM Core 45
11:00 IC Beat 60	10:30 Iisi Startti 45	8:15 Jooga 75	9:00 IC Beat 45	11:00 DanceMix 60	10:30 IC Base 45	11:00 Bodybalance 60
	11:20 Kehonhuolto 60				11:25 Bodybalance 60	
16:00 Bodypump 60	15:45 Jooga 75	16:15 DanceMix 60	16:00 Bodypump 60	16:30 Pilates 45		16:00 IC Beat 60
17:15 IC Beat 45	16:00 IC Interval 60	17:25 LM Core 30	16:00 IC Interval 60	17:25 Bodypump 45		17:15 Bodypump 60
17:15 Pilates 45	17:10 IC HIIT 30	17:25 IC HIIT 30	17:15 Bodyattack 45	17:25 IC Endurance 45		18:30 Bodycombat 45
18:10 BodyJam 60	17:10 LM Core 30	18:05 Bodycombat 60	17:15 IC Endurance 45	18:25 BodyJam 60		19:30 Pilates 60
18:10 IC Base 60	17:50 Bodycombat 60	18:05 IC Base 45	18:10 Iisi Startti 45	19:30 Kehonhuolto 30		
19:20 LM Core 30	17:50 IC Base 60	19:15 Bodybalance 60	19:05 DanceMix 45			
20:00 Bodycombat 45	19:00 Peppu-vatsa 45		20:00 Pilates 60			
	19:55 Bodybalance 60					