

Ryhmäliikunta Kesä 2025

Tampere Keskusta Group 12.5.-31.8.2025



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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10:00 IC Beat 45'		10:30 LesMills Core 30'	10:00 BodyPump 60'	10:00 Peppu-Vatsa 45'		
11:00 Pilates 60'		11:10 Kehonhuolto 45'	11:15 BodyBalance 60'	11:00 IC Endurance 45'		
16:00 Jooga 60'	16:00 BodyPump 45'	16:00 Pilates 45'		16:00 PWR Jooga 60'		
17:10 BodyCombat 45'	16:55 DanceMix 60'	17:00 Peppu-Vatsa 45'	17:00 DanceMix 60'	17:10 LesMills Core 30'		
18:05 BodyPump 60'	17:00 IC Endurance 45'	17:00 IC Interval 45'	17:10 IC Beat 45'	17:50 BodyCombat 60'		
19:15 BodyAttack 60'	18:10 Peppu-Vatsa 30'	18:00 BodyCombat 30'	18:00 IC Base 60'	19:00 BodyBalance 60'		
19:15 IC Beat 60'	18:55 BodyBalance 60'	18:00 IC Hiit 30'	18:10 BodyPump 45'			
20:25 Kehonhuolto 45'		18:40 BodyAttack 30'	19:10 LesMills Core 45'			
		19:20 BodyBalance 60'	20:10 Pilates 45'			