

Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai	
10.00	M&M Action Circuit 30 min Essi ACTION-TILA	7.00	BodyPump 45 min Jonna 1-SALI	7.00	Trip 45 min Teresa SISÄPYÖRÄILY	7.00	M&M Action Body 60 min Krista ACTION-TILA
10.35	M&M Action Core 30 min Essi ACTION-TILA	9.30	Trip 45 min Heli SISÄPYÖRÄILY	16.15	Vatsa-peppu 45 min Heli 1-SALI	11.00	M&M Mobility 60 min Merja 1-SALI
16.15	BodyStep 60 min Heli 1-SALI	10.25	CorePilates 45 min Heli 1-SALI	17.10	CorePilates 45 min Heli 1-SALI	16.20	BodyCombat 60 min Marika 1-SALI
17.25	Core 30 min Heli 1-SALI	17.00	BodyPump 60 min Heli 1-SALI	18.05	BodyAttack 60 min Johanna 1-SALI	17.20	Trip 45 min Essi SISÄPYÖRÄILY
18.05	BodyCombat 60 min Johanna 1-SALI	17.15	Trip 45 min Essi SISÄPYÖRÄILY	18.15	Trip 45 min Marika SISÄPYÖRÄILY	17.30	Core 45 min Marika 1-SALI
18.15	M&M Boost 60 min Heli ACTION-TILA	18.10	BootCamp 60 min Heli 1-SALI	18.30	M&M Power 60 min Heli ACTION-TILA	18.25	BodyPump 60 min Tiina 1-SALI
19.15	Trip 45 min Marko SISÄPYÖRÄILY	18.15	M&M Giry 60 min Essi ACTION-TILA	19.15	PartyFit 60 min Marika 1-SALI	19.35	Aromarentoutus 60 min Tiina 1-SALI
19.15	PartyFit 60 min Marika 1-SALI	19.20	Yin Jooga 60 min Johanna L 1-SALI				
Perjantai		Lauantai		Sunnuntai			
9.30	M&M Boost 60 min Heli ACTION-TILA	9.30	M&M Giry 60 min Heli ACTION-TILA	10.30	MoveFit 60 min Marika 1-SALI		
10.40	Trip 45 min Teresa SISÄPYÖRÄILY	10.15	BodyCombat 60 min Johanna 1-SALI	11.35	BodyBalance 60 min Marika 1-SALI		
16.45	M&M Action Circuit 75 min Johanna ACTION-TILA	10.45	Trip 45 min Heli SISÄPYÖRÄILY	17.15	M&M Action Circuit 60 min Johanna 1-SALI		
16.50	BodyAttack 30 min Heli 1-SALI	11.25	BodyPump 45 min Marika 1-SALI	18.30	Trip 45 min Johanna SISÄPYÖRÄILY		
17.30	BodyPump 30 min Heli 1-SALI	12.20	Core 30 min Marika 1-SALI	19.25	Äänimaljarentoutus 60 min Sini 1-SALI		
18.10	JustDance 60 min Teresa 1-SALI						

Asiakaspalvelun aukioloajat

Ma–Pe	8.00–20.00
Lauantai	9.00–13.00
Sunnuntai	Suljettu

Kupittaa Lapsiparkki

Ma–Pe	16.00–20.00
Ma-Ti ja Pe	9.00–12.00
Lauantai	9.00–12.00
Sunnuntai	suljettu

Vaunuajat

Arkin klo 8.00–14.00 ja sunnuntaisin klo 6.00–24.00. Vaunuaikoina voit tulla salille kuntoilemaan lapsi mukana joko vaunuissa tai kantokopassa.