

Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai	
10:00	M&M Action Circuit 60 min Essi ULKOTREENI/M&M KONTTI	10:00	The Trip 45 min Teresa SISÄPYÖRÄILY	07:00	The Trip 45 min Teresa SISÄPYÖRÄILY	7:00	M&M Action Body 60 min Krista ACTION-TILA
16:20	Total/BodyStep 60 min Essi/Heli 1-SALI	11:00	M&M Mobility Flow 45 min Teresa 1-SALI	08:00	M&M Action Circuit 60 min Teresa ACTION-TILA	9:30	Indoor Cycling Beat/The Trip 45 min Ida-Sofia/Heli SISÄPYÖRÄILY
17:30	Kehonhuolto/Les Mills Core 30 min Essi/Heli 1-SALI	17:00	BodyPump 60 min Heli 1-SALI	16:15	GoFit 60 min Teresa/Heli 1-SALI	10:25	CorePilates 45 min Ida-Sofia/Heli 1-SALI
18:10	BodyCombat 60 min Johanna 1-SALI	17:15	M&M Giryra 60 min Essi 1-SALI	17:25	BodyAttack 60 min Tiina 1-SALI	16:30	Les Mills Core 45 min Marika 1-SALI
18:30	M&M Summer Boost 60 min Essi/Heli ULKOTREENI/M&M KONTTI	18:10	Bootcamp 60 min Teresa/Heli 1-SALI	17:40	The Trip 45 min Teresa SISÄPYÖRÄILY	17:20	The Trip 45 min Essi SISÄPYÖRÄILY
19:15	The Trip 45 min Marko SISÄPYÖRÄILY	18:25	The Trip 45 min Essi SISÄPYÖRÄILY	17:45	M&M Power 75 min Krista/Heli ACTION-TILA/ULKOTREENI	17:25	BodyCombat 60 min Marika 1-SALI
19:20	Yin Yoga 60 min Jasmin 1-SALI	19:20	CorePilates 60 min Essi/Heli 1-SALI	18:35	PartyFit 60 min Marika 1-SALI	18:35	BodyPump 60 min Tiina 1-SALI
				19:40	FlowHarmony 30 min Marika 1-SALI	19:45	Rullaus 45 min Tiina 1-SALI

Perjantai		Lauantai		Sunnuntai	
9:30	M&M Summer Boost 60 min Teresa/Heli ACTION-TILA	9:30	M&M Giryra 60 min Krista/Heli ACTION-TILA	10:30	MoveFit 60 min Marika 1-SALI
16:30	Kesäpäivän Yllätysjumppa 70 min Johanna 2.8. ja 9.8.	10:15	BodyCombat 60 min Johanna 1-SALI	11:40	BodyBalance 60 min Marika 1-SALI
16:30	BodyAttack 30 min Heli 1-SALI 16.8. ja 23.8.	11:30/ 10:45	The Trip 45 min Johanna/Heli SISÄPYÖRÄILY	17:15	M&M Action Circuit 60 min Johanna 1-SALI
17:10	BodyPump 30 min Heli 1-SALI 16.8. ja 23.8.			18:30	The Trip 45 min Johanna SISÄPYÖRÄILY
17:50	Just Dance 60 min Teresa 1-SALI				

Asiakaspalvelun aukioloajat

Ma, Ti ja To	9:00–20:00
Keskiviikko	10:00–20:00
Perjantai	9:00–18:00
Lauantai	9:00–13:00
Sunnuntai	Suljettu

Kupittaa Lapsiparkki

Ma-To	16:00–20:00
Ti ja To aamut	9:00–12:00
Perjantai	Suljettu
Lauantai	9:00–13:00
Sunnuntai	Suljettu

Vaunuajat

Arkisin klo 8:00–14:00 ja
sunnuntaisin klo 6:00–24:00.
Vaunuajoina voit tulla salille kuntoilemaan lapsi
mukanasi joko vaunuissa tai kantokopassa.