

| Maanantai |                                   | Tiistai  |                                 | Keskiviikko |                                  | Torstai |  |
|-----------|-----------------------------------|----------|---------------------------------|-------------|----------------------------------|---------|--|
| 16:45     | M&M Boost 45 min <b>Teresa</b>    | 10:00    | Pilates 60 min <b>Ida-Sofia</b> | 17:40       | Total 45 min <b>Teresa</b>       | 17:30   | Kehonpainoharjoittelu 30 min <b>Eini</b> |
| 17:40     | Gofit 60 min <b>Teresa</b>        | 17:00    | BodyCombat 60 min <b>Nina</b>   | 18:30       | Just Dance 60 min <b>Teresa</b>  | 18:10   | Yin Yoga 60 min <b>Eini</b>              |
| 18:45     | CorePilates 45 min <b>Teresa</b>  |          |                                 |             |                                  |         |  |
| Perjantai |                                   | Lauantai |                                 | Sunnuntai   |                                  |         |  |
| 9:15      | Terve Keho 45 min <b>Teresa</b>   | 10:30    | Lempeä Yoga 60 min <b>Eini</b>  | 17:30       | BodyPump 60 min <b>Ida-Sofia</b> |         |  |
| 10:00     | M&M Mobility 30 min <b>Teresa</b> |          |                                 |             |                                  |         |  |
| 17:15     | Les Mills Tone 45 min <b>Pia</b>  |          |                                 |             |                                  |         |  |
| 18:15     | BodyBalance 60 min <b>Pia</b>     |          |                                 |             |                                  |         |  |

### Asiakaspalvelun aukioloajat

Ma 12–19 | Ke 15–20 | Pe 11–17

### Lapsiparkki

Lapsiparkkimme on omatoimisten lasten käytössä asiakaspalvelun aukioloaikoina.

### Vaunuajat:

Arkisin klo 8.00–14.00 ja sunnuntaisin klo 5.00–24.00.

Vaunuaikoina voit tulla salille kuntoilemaan lapsi mukana joko vaunuissa tai kantokopassa.