

Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai	
10:00	M&M Action Circuit Training 30 min <b>Essi</b> ACTION-TILA	10:00	The Trip 45 min <b>Teresa</b> SISÄPYÖRÄILY	07:00	The Trip 45 min <b>Teresa</b> SISÄPYÖRÄILY	7:00	M&M Action Body 60 min <b>Krista</b> ACTION-TILA
10:35	M&M Action Core 30 min <b>Essi</b> ACTION-TILA	11:00	M&M Mobility Flow 45 min <b>Teresa</b> 1-SALI	16:15	GoFit 60 min <b>Heli</b> 1-SALI	9:30	The Trip 45 min <b>Heli</b> SISÄPYÖRÄILY
16:20	BodyStep 60 min <b>Heli</b> 1-SALI	17:00	BodyPump 60 min <b>Heli</b> 1-SALI	17:25	BodyAttack 60 min <b>Tiina</b> 1-SALI	10:25	CorePilates 45 min <b>Heli</b> 1-SALI
17:30	Les Mills Core 30 min <b>Heli</b> 1-SALI	17:15	M&M Action Circuit 60 min <b>Essi</b> ACTION-TILA	17:40	The Trip 45 min <b>Marika</b> SISÄPYÖRÄILY	17:20	The Trip 45 min <b>Essi</b> SISÄPYÖRÄILY
18:10	BodyCombat 60 min <b>Johanna</b> 1-SALI	18:10	Bootcamp 60 min <b>Heli</b> 1-SALI	17:45	M&M Power 75 min <b>Heli</b> ACTION-TILA	17:25	BodyCombat 60 min <b>Johanna</b> 1-SALI
18:15	M&M Boost 60 min <b>Heli</b> ACTION-TILA	18:25	The Trip 45 min <b>Essi</b> SISÄPYÖRÄILY	18:35	PartyFit 60 min <b>Marika</b> 1-SALI	18:35	BodyPump 60 min <b>Tiina</b> 1-SALI
19:15	The Trip 45 min <b>Marko</b> SISÄPYÖRÄILY	19:20	CorePilates 60 min <b>Heli</b> 1-SALI	19:40	FlowHarmony 30 min <b>Marika</b> 1-SALI	19:45	Aromarentoutus 60 min <b>Tiina</b> 1-SALI
19:20	Yin Yoga 60 min <b>Jasmin</b> 1-SALI						

Perjantai		Lauantai		Sunnuntai	
9:30	M&M Boost 60 min <b>Heli</b> ACTION-TILA	9:30	M&M Giryra 60 min <b>Heli</b> ACTION-TILA	10:30	MoveFit 60 min <b>Marika</b> 1-SALI
16:45	BodyPump 45 min <b>Heli</b> 1-SALI	10:15	BodyCombat 60 min <b>Johanna</b> 1-SALI	11:40	BodyBalance 60 min <b>Marika</b> 1-SALI
16:45	M&M Action Circuit Training 75 min <b>Johanna</b> ACTION-TILA	10:45	The Trip 45 min <b>Heli</b> SISÄPYÖRÄILY	16:45	M&M Action Circuit 60 min <b>Johanna</b> 1-SALI
17:40	M&M Mobility 30 min <b>Heli</b> 1-SALI	11:30	Les Mills Dance 45 min <b>Marika</b> 1-SALI	18:00	The Trip 45 min <b>Johanna</b> SISÄPYÖRÄILY
18:20	Just Dance 60 min <b>Teresa</b> 1-SALI				

#### Asiakaspalvelun aukioloajat

Ma-To	8:00–20:00
Perjantai	8:00–18:00
Lauantai	9:00–14:00
Sunnuntai	Suljettu

#### Kupittaa Lapsiparkki

Ma-To	16:00–20:00
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.