

Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai	
16:45	Kuntosaliharjoitus 45 min Teresa	10:00	Pilates 60 min Ida-Sofia	17:30	Kehonpainoharjoittelu 30 min Eini	16:45	BodyPump 45 min Ida-Sofia
17:40	Gofit 60 min Teresa	17:00	BodyCombat 60 min Mirva	18:10	Yin Yoga 60 min Eini	17:40	Total 45 min Teresa
18:45	CorePilates 45 min Teresa					18:30	Just Dance 60 min Teresa
Perjantai		Lauantai		Sunnuntai			
9:15	Terve Keho 45 min Teresa	11:00	VIRTUAL Core 60 min	17:30	M&M Boost 60 min Ida-Sofia		
10:00	M&M Mobility 30 min Teresa			18:35	Kehonhuolto 45 min Ida-Sofia		
17:15	Les Mills Tone 45 min Pia						
18:10	BodyBalance 60 min Pia						

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.