

Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai	
16:45	M&M Boost 45 min Teresa	10:00	Pilates 60 min Ida-Sofia	17:40	Total 45 min Teresa	18:10	Yin Yoga 60 min Eini
17:40	Gofit 60 min Teresa	16:30	BodyPump 45 min Ida-Sofia	18:30	Just Dance 60 min Teresa		
18:45	Pilates 45 min Teresa	17:25	BodyCombat 60 min Nina				
Perjantai		Lauantai		Sunnuntai			
9:15	Terve Keho 45 min Teresa	10:30	Lempeä Yoga 60 min Eini	17:30	VIRTUAL BodyPump 60 min		
10:00	M&M Mobility 30 min Teresa						
17:15	Les Mills Tone 45 min Pia						
18:15	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.

Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai	
16:45	M&M Boost 60 min Teresa	10:00	Pilates 60 min Ida-Sofia	17:30	Kahvakuula 60 min Sini	17:15	Les Mills Tone 45 min Pia
17:55	Just Dance 60 min Teresa	16:30	BodyPump 45 min Ida-Sofia	18:40	M&M Mobility 60 min Sini	18:15	Puisto BodyBalance 60 min Pia
19:00	Pilates 60 min Teresa	17:25	BodyCombat 60 min Nina				
Perjantai		Lauantai		Sunnuntai			
9:15	GoFit 30 min Teresa	10:30	Lempeä Yoga 60 min Jasmin	18:00	M&M Action Circuit Training 60 min Sini		
9:50	Terve Keho 45 min Teresa						
10:35	M&M Mobility 30 min Teresa						

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.

Maanantai		Tiistai		Keskiviikko		Torstai	
17:30	M&M Boost 60 min Teresa	10:00	Pilates 60 min Ida-Sofia	17:30	Total 60 min Teresa	17:15	Les Mills Tone 45 min Pia
18:40	Just Dance 60 min Teresa	16:30	BodyPump 45 min Ida-Sofia	18:40	Pilates 60 min Teresa	18:15	Puisto BodyBalance 60 min Pia
Perjantai		Lauantai		Sunnuntai			
9:15	Terve Keho 45 min Teresa	10:30	Lempeä Yoga 60 min Eini	17:30	VIRTUAL BodyPump 60 min		
10:00	M&M Mobility 30 min Teresa						

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.