

Ma	klo 15.45		60+ lavis+venyttely	60 min.	Johanna, Marika
	klo 18.05		Sh`Bam	45 min.	Johanna
	klo 18.55		MiniBand	30 min.	Johanna
	klo 19.30		Liikkuvuus	30 min.	Johanna, Marika
Ti	klo 18.10		BodyCombat	45 min.	Marika
	klo 19.00		Pilates ●	60 min.	Marika
Ke	klo 9.00		60+ HUR-circuit	60 min.	Johanna, Marika
	klo 17.30		Pump ●	60 min.	Johanna
	klo 18.40		M.A.X. ●	30 min.	Johanna, Marika
	klo 19.15		Liikkuvuus	30 min.	Johanna, Marika
To	klo 18.30		Spin ●	60 min.	Johanna J.
Pe	klo 9.00		60+ kuntojumppa	60 min.	Johanna, Marika

 kehonhuolto keskiraskas 60+ ryhmäliikunta

- Ilmoittaudu ennakkoon <http://gofit.it-opas.fi/php> tai puhelimitse 044-5659 317