
















| | | | | | |
|----|-----------|---|--|---------|-----------------|
| Ma | klo 16.20 |  | Lavis+venyttely (23.5. saakka) | 60 min. | Johanna, Marika |
| | klo 17.30 |  | Salsaton | 45 min. | Johanna |
| | klo 18.20 |  | Pump ● | 60 min. | Johanna, Marika |
| | klo 19.30 |  | Liikkuvuus | 30 min. | Johanna, Marika |
| Ti | klo 7.00 |  | Aamujumppa ● | 50 min. | Johanna, Marika |
| | klo 10.00 |  | 65+ HUR-circuit | 60 min. | Johanna, Marika |
| | klo 11.00 |  | 65+ HUR-circuit | 60 min. | Johanna, Marika |
| | klo 17.40 |  | Kuntonyrkkeily ● | 60 min. | Johanna, Marika |
| | klo 18.45 |  | Pilates | 60 min. | Marika |
| Ke | klo 9.00 |  | HUR-circuit | 60 min. | Johanna, Marika |
| | klo 17.30 |  | PowerMethod ● | 60 min. | Johanna, Marika |
| | klo 18.40 |  | Jooga | 60 min. | Johanna |
| To | klo 9.00 |  | HUR-circuit | 60 min. | Johanna, Marika |
| | klo 18.40 |  | ÄijäSpin ● (19.5. saakka) | 60 min. | Timo |
| Pe | klo 9.00 |  | Kuntojumppa | 60 min. | Johanna, Marika |

 kehonhuolto  kevyt  keskiraskas  Matala taso

- Ilmoittaudu ennakkoon <https://gofit.kulkuriaccess.fi> tai puhelimitse 044 5659 317 (myös WhatsApp) tai sähköpostilla info@gofit.fi