















# GoFit alk. 13.5.

## Ryhmäliikuntakalenteri

Kesä  
2024

Ma	17.00	 Lavis+venyttely	55 min.	
	18.00	 Pilates ●	55 min.	
	19.05	 Pump ●	55 min.	
Ti	10.00	 65+ HUR-circuit	60 min.	Kalajoen kaupungin järjestämät 65+ ryhmät toteutuvat 31.5. saakka
	11.00	 65+ HUR-circuit	60 min.	
	17.00	 Terve selkä	50 min.	
	18.00	 PowerMethod ●	60 min.	
	19.05	 FasciaMethod	45 min.	
Ke	9.00	 HUR-circuit	60 min.	
	18.10	 Retro	60 min.	
	19.15	 Jooga	60 min.	
To	9.00	 HUR-circuit	60 min.	
	18.30	 ÄijäSpin ● 31.5. saakka	60 min.	
Pe	9.00	 Kuntojumppa	60 min.	

 kehonhuolto    matala taso    kevyt    keskitaso

- merkityille ilmoittaudu ennakkoon [gofit.kulkuriaccess.fi](https://gofit.kulkuriaccess.fi) tai puhelimitse 044-5659317 (myös WhatsApp) tai sähköpostilla [info@gofit.fi](mailto:info@gofit.fi)

