

GoFit

Ryhmäliikuntakalenteri

Kevät
2026

Ma	11.15		Venyttelyjumppa	45 min.	
	17.15		Spin ★	45 min.	
	18.10		Kunnonjumppa	60 min.	
	19.15		Liikkuvuus	30 min.	
Ti	10.00		65+ HUR-circuit	60 min.	Kalajoen kaupungin järjestämä ryhmä
	11.00		65+ HUR-circuit	60 min.	Kalajoen kaupungin järjestämä ryhmä
	16.30		Lavis+venyttely	55 min.	
	17.30		Pilates	60 min.	
	18.40		Pump+cooldown ★	75 min.	
Ke	9.00		HUR-circuit	60 min.	
	18.05		PowerMethod ★	60 min.	
	19.15		FasciaMethod	45 min.	
To	9.00		HUR-circuit	60 min.	
	17.35		Barre	55 min.	
	18.35		Jooga	60 min.	
	19.00		ÄijäSpin ★	60 min.	
Pe	9.00		Kuntojumppa	60 min.	
	17.00		Spin&Pump ★	60 min.	
La	10.00		Terve selkä	50 min.	

 kehonhuolto  matala taso  kevyt  keskitaso

★ merkityille ilmoittaudu ennakoon gofit.kulkuriaccess.fi tai puhelimitse 044-5659317 (myös WhatsApp) tai sähköpostilla info@gofit.fi

