OHJATUT TUNNIT KEVÄT 2027

Voimassa 11.1.2027 eteenpäin

MAANANTAI

- 6:15-7:00 SPINNING PÄIVI
- *9:00-10:00 HYROX POWER NINNI*
- 17:00-17:45 RVP JUKKA
- *17:30-18:30 HYROX ENGINE TIINA*
- 17:55-18:40 SPINNING JUKKA
- 18:00-19:00 PERFECTBODY PAULA
- 19:10-20:10 YIN JOOGA PAULA
- 19:10-20:25 KUNTONYRKKEILY NINNI

TIISTAI

- 9:00-10:00 CORE & HUOLTO TONI
- 10:10-11:10 SENIORIT SALI TONI
- 17:00-18:00 PILATES JENNI
- 17:30-18:30 BODYPUMP® TIINA
- *18:15-19:15 HYROX ENGINE DIANA*
- 18:40-19:40 KEPPIJUMPPA-KEHONHUOLTO HANNA
- 18:40-19:30 SPINNING TIINA

KESKIVIIKKO

- *6:00-7:00 HYROX FOUNDITIONAL PÄIVI*
- 9:00-10:00 POWER PILATES JENNI
- 17:10-18:00 SPINNING WILMA
- 17:10-18:10 LATTARIT INKA
- *18:15-19:15 HYROX FOUNDITIONAL PAULA*
- 18:20-19:20 BODY HANNA

TORSTAI

- 9:00-10:00 TERVE SELKÄ NINNI
- 10:15-11:15 SENIORIT JUMPPA PAULA
- *17:10-18:00 HYROX ENGINE KATI*
- 17:00-18:00 POWER PILATES INKERI
- 18:10-19:00 ZUMBA MARIA
- 18:20-19:05 SPINNING KATI
- 19:10-20:10 SYVÄVENYTTELY PÄIVI

PERJANTAI

- 6:15-7:00 SPINNING PÄIVI
- *9:00-10:00 HYROX ENGINE JENNI*
- 10:10-11:10 LEMPEÄ JOOGA PAULA
- *16:00-16:55 HYROX COMPLATE WILMA*
- 17:15-18:15 BODYPUMP® WILMA
- 18:25-19:25 FASCIAL 22.1./ 19.2./ 19.3. WILMA

LAUANTAI

- *9:20-10:05 HYROX POWER TONI /MILLA*
- 9:30-10:20 CIRCUIT PÄIVI
- 10:10-10:55 CORE & HUOLTO TONI /MILLA
- 10:30-11:30 SPINNING PÄIVI
- 11:00-12:00 ZUMBA® MARI

SUNNUNTAI

- 10:00-10:55 STRONGBODY TIINA/WILMA
- 18:00-19:00 BODY BASE HANNA

Korso GYM HYROX TRAINING CLUB