

v.23**4.6-10.6. 2018**

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai
8:00 Spinning / Mia	9:00 TRX / Hemmo	8:00 Spinning / Kati	10:00 Vatsa-Pakara HIIT / Sanna
9:15 CxWorks / Milla-Maria	10:00 Foamroller / Hemmo	9:00 Jooga / Kati	16:00 AC TC / Hemmo
10:00 Yin jooga / Milla-Maria	16:30 Areena LEGenDArY / Mia	17:00 Lihaskunto / Sonja	17:00 Spinning / Maaret
17:00 AC TC / Hemmo	17:00 Jooga / Kati	17:10 TRX / Sanna	17:30 Kahvakuula / Pia
18:00 Kahvakuula / Mia	17:00 Spinning / Pia	18:00 Spinning / Sonja	18:10 AP TC / Maaret
19:00 Body Pump / Vanessa	17:30 Vatsa-Pakara HIIT / Anna	18:00 Vatsa-Pakara HIIT / Sanna	18:15 Cardio HIIT / Mia
19:00 Syvävenyttely / Anna	18:10 Body Combat / Pia	18:30 Kahvakuula / Hemmo	18:30 Body Pump / Pia
	19:00 AP TC / Ville	19:00 Body Combat / Sonja	
		19:10 Dance / Tero	
		20:00 Kehonhuolto / Tero	

Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
7:00 Spinning / Mia	10:00 AP TC / Hemmo	16:45 Zumba / Anton
9:00 AC TC / Mia	11:00 Sprint / Marko	18:00 Body Pump / Kati
17:00 Zumba / Anton	11:35 CxWorks / Marko	19:10 Body Balance / Kati
17:30 Areena Sisu / Hemmo		
18:00 Whole body / Roosa		
18:20 Kuntonyrkkeily / Pekka		