

Viikko 31: 29.7.-4.8.

Maanantai / 29.7.	Tiisiti / 30.7.	Keskiviikko / 31.7.	Torstaina 1.8.
9:00 Jooga / Kati	9:00 TRX / Hemmo	7.00 Spinning / Tero	10:00 VP hiit / Sanna
17:00 Kahvakuula / Hemmo	17:00 Kahvakuula / Mia	17:15 Spinning / Pia	16:00 ACTC / Hemmo
17:10 Spinning / Mia	17:00 Body Pump / Milla-Maria	17:30 VP hiit / Sanna	17:15 Spinning / Sonja
18:00 ACTC / Hemmo	18:00 VP Hiit / Anna	17.00 Areena Sisu / Hemmo	17.30 IISI Terve Selkä / Anna
19:00 Body Pump / Vanessa	18:00 AP TC / Mia	18:00 Foamroller / Hemmo	18:20 Body Combat / Sonja
19.15 Dance / Tero	18:00 Jooga / Milla-Maria	18:20 Body Pump / Pia	18:20 VP hiit / Anna
20.00 Kehonhuolto / Tero	19:00 IISI sisäpyöräily / Anna	18:20 TRX / Sanna	19.10 Body balance/ Anna
	20.00 Venyttely / Anna	19:20 Jooga / Milla-Maria	

Perjantai / 2.8.	Lauantai / 3.8.	Sunnuntai / 4.8
9:00 ACTC / Mia	10:00 ACTC / Kati	17:00 Spinning / Anna
17:00 Zumba / Anton	11.10 VP hiit / Kati	18:00 Body Pump / Kati
17:30 LEGenDArY / Julius	12.00 Body Combat / Marko	19:10 Body Balance / Kati