

GYMIN KOTI JA KALENTERIN TÄYDELTÄ LIIKUNTAA

MAANANTAI

8.00 Ostoryhmä/Leevi/Juha
9.00 Aamujumppa/Leevi
11.00 SaliCircuit50/Taru
17.00 Perusjumppa55/Elina/Inka
17.00 KesäSpinni45/Inka/Taru
18.00 Lavis/Zumba60/Maria
18.00 BodyPump/Mariya
19.10 FasciaMethod/Mariya

TIISTAI

10.30 KevytSpinni30/Taru
16.30 After Work/Leevi
17.00 TehoSaliCircuit/Taru
17.45 Dance30/Outi
18.20 RVP30 /Outi
19.30 Ilmajooga* /Mariya

KESKIVIikko

10.00 Aamuenergia/Leevi
10.00 Terveysaamu /Taru
17.00 PerusCircuit50/Leevi
17.00 BodyPump/Mariya/Marika
18.05 BodyBalance/Mariya/Marika

TORSTAI

8.00 Ostoryhmä/Sanna
10.00 Aamujumppa/Mariya
11.15 Lavis45/Maria
17.00 Hiit30/Elina/Inka
17.15 BodyCombat/Outi
17.40 Core30/Elina/Inka
18.30 Ilmajooga* /Mariya

PERJANTAI

16.00 Spinni30/Taru
17.00 Jooga/Sari
17.15 Kahvakuula+/ Juha
(ulkotreenejä säiden salliessa)

*) Vaatii peruskurssin ennen tunneille menoa

SUNNUNTAI

17.00 CKC/Juha (alasal)
18.00 BodyBalance/Marika

tunnit pidetään **PAPPILANKADULLA/KIRKKOLAHDENKADULLA**
Gym42 pappilankatu 3, 57100 SAVONLINNA
Leidi Gym42 kirkkolahdenkatu 4-6, 57100 SAVONLINNA



2018 KESÄ!

kalenteri voimassa 1.6.2018 alkaen, muutokset mahdollisia - seuraa ilmoittelua-