

GYMIN KORTTI JA KALENTERIN TÄYDELTÄ LIIKUNTAA

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIikko

TORSTAI

PERJANTAI

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

10.30 KevytSpinni30/Taru

12.00 IlmaHuili35

16.30 After Work/Leevi

(tauolla heinäkuun)

17.00 TehoSaliCircuit/Taru

17.45 Dance30/Outi

18.20 RVP30 /Outi

19.30 Ilmajooga* /Mariya

(tauolla heinäkuun)

10.00 Aamuenergia/Leevi

10.00 Terveysaamu /Taru

17.00 PerusCircuit50/Leevi

17.00 BodyPump/Mariya/Marika

18.05 BodyBalance/Mariya/Marika

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

16.00 Spinni30/Taru

12.00 IlmaHuili35

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-