

vko 27 1.7.	MA VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 KEPPIJUMPPA JA HUOLTO45, Elina 16:45 KUNTOSALICIRCUIT45, Ansku 16:45 LASTENLIKUNTA45, 3-6V. Laila 17:45 TRAMPPIS JA LIHASKUNTO45, Laila 18:45 ILMAJOOGA60, Laila	TI VIRTUAALIJUMPAT 24H 7:15 SPINNING60, Elina 10:00 KUNTOSALICIRCUIT60, Elina 16:00 TOIMINNALLINENTREENI45, Laila 17:05 JOOGA60, Laila 18:15 BODYTREENI60, Laila	KE VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 PÄIVÄTREENIT60, Laila 16:00 ILMAJOOGA60, Laila 17:10 HIIT20, Ansku 17:35 PATTERNITREENI20, Ansku 18:00 RVP30, Ansku 18:35 HUOLTO30, Ansku	TO VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 TANSSIKS45, Laila 17:30 KUNTOKUULAILU45, Elina 18:30 SPINNING60, Elina 18:10 Lapset ja Nuoret 7-13v. 60min. sisällä ja ulkona, Ansku	PE VIRTUAALIJUMPAT 24H 10:00 KUNTOSALICIRCUIT60, Elina 16:30 ULKOTREENIT60 (Liikkeen piha) Laila	LA VIRTUAALIJUMPAT 24H 9:30 ULKOTREENIT60, Laila (Paloisvuorella) Lapset voivat olla mukana SU VIRTUAALIJUMPAT 24H 17:00 KHS30, Laila 17:35 KESKIKEHO30, Laila 18:10 KEHONHUOLTO60, Laila
28 8.7.	MA VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 TANSSIKS45, Laila 16:45 KUNTOSALICIRCUIT45, Ansku 16:45 LASTENLIKUNTA45, 3-6V. Laila 17:45 TRAMPPIS JA LIHASKUNTO45, Laila 18:45 ILMAJOOGA60, Laila	TI VIRTUAALIJUMPAT 24H 10:00 KUNTOSALICIRCUIT60, Ansku 16:00 TOIMINNALLINENTREENI45, Laila 17:05 JOOGA60, Laila 18:15 BODYTREENI60, Laila	KE VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 PÄIVÄTREENIT60, Laila 16:00 ILMAJOOGA60, Laila 17:10 HIIT20, Ansku 17:35 PATTERNITREENI20, Ansku 18:00 RVP30, Ansku 18:40 HUOLTO30, Ansku	TO VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 ÄLYKEPPI45, Laila 17:00 KEHONPAINOTREENI60, Laila 18:10 ZUMBA60, Laila 18:10 Lapset ja Nuoret 7-13v. 60min. sisällä ja ulkona, Ansku	PE VIRTUAALIJUMPAT 24H 10:00 KUNTOSALICIRCUIT60, Laila 16:30 ULKOTREENIT60 (Liikkeen piha) Laila	LA VIRTUAALIJUMPAT 24H SU VIRTUAALIJUMPAT 24H 17:00 KHS30, Laila 17:35 KESKIKEHO30, Laila 18:10 KEHONHUOLTO60, Laila
29 15.7.	MA VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 TANSSIKS45, Laila 16:45 KUNTOSALICIRCUIT45, Ansku 16:45 LASTENLIKUNTA45, 3-6V. Laila 17:45 TRAMPPIS JA LIHASKUNTO45, Laila 18:45 ILMAJOOGA60, Laila	TI VIRTUAALIJUMPAT 24H 10:00 KUNTOSALICIRCUIT60, Ansku 16:00 TOIMINNALLINENTREENI45, Laila 17:05 JOOGA60, Laila 18:15 BODYTREENI60, Laila	KE VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 PÄIVÄTREENIT60, 16:00 ILMAJOOGA60, Laila 17:10 HIIT20, Ansku 17:35 PATTERNITREENI20, Ansku 18:00 RVP30, Ansku 18:35 HUOLTO30, Ansku	TO VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 ÄLYKEPPI45, Laila 17:00 KEHONPAINOTREENI60, Laila 18:10 ZUMBA60, Laila 18:10 Lapset ja Nuoret 7-13v. 60min. sisällä ja ulkona, Ansku	PE VIRTUAALIJUMPAT 24H 10:00 KUNTOSALICIRCUIT60, Laila 16:30 ULKOTREENIT60 (Liikkeen piha) Laila	LA VIRTUAALIJUMPAT 24H 9:30 ULKOTREENIT60, Laila (Paloisvuorella) Lapset voivat olla mukana SU VIRTUAALIJUMPAT 24H 17:00 KHS30, Laila 17:35 KESKIKEHO30, Laila 18:10 KEHONHUOLTO60, Laila
30 22.7.	MA VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 TANSSIKS45, Laila 16:45 KUNTOSALICIRCUIT45, Ansku 16:45 LASTENLIKUNTA45, 3-6V. Laila 17:45 TRAMPPIS JA LIHASKUNTO45, Laila 18:45 ILMAJOOGA60, Laila	TI VIRTUAALIJUMPAT 24H 10:00 KUNTOSALICIRCUIT60, Ansku 16:00 TOIMINNALLINENTREENI45, Laila 17:05 JOOGA60, Laila 18:15 BODYTREENI60, Laila	KE VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 PÄIVÄTREENIT60, Laila 16:00 ILMAJOOGA60, Laila 17:10 HIIT20, Ansku 17:35 PATTERNITREENI20, Ansku 18:00 RVP30, Ansku 18:35 HUOLTO30, Ansku	TO VIRTUAALIJUMPAT 24H 11:00 ÄLYKEPPI45, Laila 17:00 KEHONPAINOTREENI60, Laila 18:10 ZUMBA60, Laila 18:10 Lapset ja Nuoret 7-13v. 60min. sisällä ja ulkona, Ansku	PE VIRTUAALIJUMPAT 24H 10:00 KUNTOSALICIRCUIT60, Laila 16:30 ULKOTREENIT60 (Liikkeen piha) Laila	LA VIRTUAALIJUMPAT 24H 9:30 ULKOTREENIT60, Laila (Paloisvuorella) Lapset voivat olla mukana SU VIRTUAALIJUMPAT 24H 17:00 KHS30, Laila 17:35 KESKIKEHO30, Laila 18:10 KEHONHUOLTO60, Laila

MINIMI OSALLISTUJAMÄÄRÄ, JOTTA TUNTI TOTEUTUU ON 5 HENKILÖÄ, PERUUTTAMATON VARAUS MAKSAA 10€, LASKUTUS KERRAN KUUSSA! LAUANTAIN ULKOTREENIEN PAIKKA ON PALOISVUORELLA, SIIRRYMME YHDESSÄ TREENIPAikkaAN PALOISVUORENPARKKIPAICALTA KLO 9.30.