

JOULUN RYHMÄLIIKUNTAKALENTERI



1.12.2025 - 11.1.2026. Tunnit tauolla 24.12. - 25.12. ja 31.12. - 1.1.

Pidätämme oikeudet muutoksiin.

Aerobinen Lihaskunto Kehonhuolto Kurssit ja tapahtumat

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10.00 Vahvista & venytä 55min Sara	10.00 Peppu-vatsa 45 min Tuuli	18.00 Cycling Party 45min Päivi	09.30 Letkeät lattarit 55 min Johanna	17.00 - 17.55 Pilates 55 min Hennariikka	11.00 Peppu-vatsa 55 min Piia / Ulla	17.00 Muokkaus 55min Emma
18.00 Cycling Basic 55 min Hannu 15.12. saakka	18.00 Latin / TT 55 min Johanna / Maarit		17.00 Dance 55 min Sara			18.00 Pilates 55min Emma
18.00 Peppu-vatsa 55 min Jasmine	19.05 Vahvista & venytä 55 min Johanna		18.00 Muokkaus 45 min Petra			
19.05 Jooga 55 min Jasmine						

Katso ajankohtaiset tunnit varauskalenterista!
www.alivekeskus.fi

