



LIIKUNTAKESKUS

SYKSYN 2017 RYHMÄLIIKUNTA

MA MAANANTAI

10.15 BABYBIC
11.15 ENERGISET PANTTERIT
16.40 NISKA-SELKÄ
17.30 RVP
17.50 SPIN HIIT 30
18.30 GRIT® Strength
18.30 CXWORX®
19.05 ZUMBA®
19.20 BODYPUMP®YTTELY

TI TIISTAI

17.00 BODYSTEP®
18.00 NISKA-SELKÄ 45
18.05 CROSS-TRAINING
18.45 ZUMBA®
18.50 BODYCOMBAT®

KE KESKIVIikko

10.00 KUNTOSALICIRCUIT
11.00 KEHONHUOLTO 45
16.25 BODYCOMBAT® 30
17.00 CXWORX®
17.30 BODYATTACK® 45
18.00 KAHVAKUULA
18.20 BODYBALANCE®
19.05 SPINBODY
19.20 BODYPUMP®

TO TORSTAI

17.40 BODYVIVE® 45
18.30 YOGA FLOW
19.15 RVP
19.20 BODYATTACK®

PE PERJANTAI

9.00 BODYPUMP®
18.15 BODYSTEP®

LA LAuantai

10.00 BODYCOMBAT®

SU SUNNUNTAI

11.00 BODYPUMP®
17.00 SPIN HIIT 30
17.00 BODYSTEP® 30
17.35 CXWORX®
18.15 YOGA FLEX

Varaa tuntisi ONLINE-varaimen kautta osoitteesta inliikuntakeskus.fi tai numerosta 0400 800 086.
IN liikuntakeskus - Sillankorvankatu 7 - 05810 Hyvinkää - info@inhyvinkaa.fi - inliikuntakeskus.fi