

RYHMÄLIIKUNTA

KEVÄT 11.1.2021 alkaen

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIIKKO

TORSTAI

PERJANTAI

LAUANTAI

SUNNUNTAI

	6:30 Piazza Aamutreeni 50'				6:30 Piazza BODYPUMP 60'		
9:30 Kuntosali Kuntopiiri 60'	8:30 Spinnusali Starttispinning 30'	9:30 Kuntosali Kuntopiiri 60'	9:45 Piazza Aamutreeni 45'	((o))	8:30 Piazza BODYBALANCE 60'	((o))	9:30 Piazza BODYSTEP 45'
9:30 Piazza BODYPUMP 60'	((o))	9:10 Piazza VSP 40'	((o))	9:40 Piazza Kahvakuula 50'	((o))	10:45 Piazza Yin Yoga 75'	((o))
9:30 Piccolo Toiminnallinen kuntopiiri 60'					9:40 Kuntosali Kuntopiiri 60'		10:30 Piccolo Pilates 60'
10:45 Piazza Asahi+venyttely 45'	((o))				9:40 Piazza BEBA30 + Spin30 60'	((o))	10:30 Piazza Lauantaitreeni 45'
16:50 Spinnusali Starttispinning 30'	L	17:00 Piazza BODYCOMBAT 45'	((o))	L	17:00 Piazza ZUMBA 45'	((o))	L
17:30 Piazza BEBA30 30'	((o))	18:00 Piazza BODYPUMP 60'	((o))	L	17:10 Piazza BODYSTEP 60'	((o))	L
17:30 Spinnusali Sporttispinning 50'		18:00 Piccolo BODYJAM 45'		L	17:20 Spinnusali Rasvanpoltospinning 45'	L	18:15 Piazza BODYATTACK 45'
18:15 Piazza ZUMBA 45'	((o))	19:10 Piazza Terveeskä 50'	((o))	L	18:20 Piazza VSP 40'	((o))	L
18:15 Piccolo BODYBALANCE 60'	((o))			L	19:10 Piazza BODYBALANCE 60'	((o))	L
19:15 Piazza Kahvakuula 50'	((o))			L	19:15 Piazza Yin Yoga 60'	((o))	L
							16:45 Piazza BODYCOMBAT 60'
							L
							17:00 Spinnusali Rasvanpoltospinning 45'
							L
							18:00 Piazza BODYPUMP 60'
							((o))
							18:10 Piazza Joogacore 50'
							L
							19:15 Piazza Yin Yoga 60'
							((o))

Ulkotreeni

Liikkeen harmonia

Terveysliikunta

Liikunnan ilo

Liikunnasta energiaa

Liikunnasta voimaa

Lasten Huuma

Tunti striimataan

Uutuustunti

Sallittu 10 vuotta täyttäneille

Virtualspinning:

MA-SU 6:00-19:00

Vaihtuva ohjelma tasatunnein

LAPSIPARKKI

MA: 16:45-20:15

TI: 16:45-20:15

KE: 16:45-20:15

TO: 16:45-20:15

PE: 16:45-19

HYVINVOINTIKESKUS HUUMA
p. 045 125 3277

*Pidätämme oikeudet muutoksiin. Varaathan paikkasi tunneille varausjärjestelmästä clubhuuma.fi > varaa tunti. Pidätämme oikeuden perua tunnin mikäli varauksia on alle 5 (aamutunneille alle 3).