

Ryhmäliikunnan Syysaikataulut

30.8 - 5.12.2010

SALI 1						
MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
					10.30 BodyStep	
11.15 Zumba	11.15 Muokkaus	11.00 Pilates			11.30 Muokkaus	11.30 SuperMuok- kaus 75´
				12.15 Vatsa- peppu muokkaus	12.30 Kehonhuolto	
16.30 BodyStep	16.30 Hip Hop Fusion	16.30 Vatsa- peppu muokkaus	16.30 Balletone	16.30 Iisi Dance		15.15 Zumba
17.30 Balletone Basic	17.30 Muokkaus	17.30 BodyCombat	17.30 Muokkaus	17.30 Fätti		17.30 BodyBalance
18.30 Vatsa- peppu muokkaus	18.30 Fätti	18.30 Zumba	18.30 Club Dance			
19.30 BodyCombat		19.30 Leidin speciaali tanssitreeni 1x kk	19.30 Venyttely			
SALI 2						
MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
			9.30 BodyPump			12.45 Leidi Spinning
				15.30 BodyPump		
	16.45 Spinning perus	16.30 Start spinning		16.30 BodyBalance		16.30 BodyPump
17.45 BodyPump	18.00 BodyPump	17.30 BodyPump	17.30 BodyStep			
19.00 Leidi Spinning	19.00 BodyBalance	18.45 Pilates	18.45 Spinning Perus			