

Ryhmäliikunta kesä 2025

Helsinki Kluuvi 12.5.-31.8.25



Skannaa QR-koodi & lataa sovellus nähdäksesi tarkemmat ryhmäliikunta-aikataulut ja varataksesi tunnin.

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10:00 Pilates 60	10:00 Porrastreeni 45	10:00 Pilates 60		10:00 Porrastreeni 45		
	11:15 Peppu-Vatsa 45			11:15 Indoor Cycling Interval 45	11:15 Jooga 60	11:00 Indoor Cycling Beat 45
					12:30 Pilates 60	12:00 DanceMix 60
						13:15 Peppu-Vatsa 60
		15:30 Jooga 60	15:30 Pilates 45			
17:00 DanceMix 60	17:00 Indoor Cycling Beat 60	16:45 Peppu-Vatsa 60	16:30 BodyPump 60	16:30 BodyCombat 60		16:00 BodyPump 60
17:00 Indoor Cycling Endurance 60	17:00 BodyAttack 60	18:00 Indoor Cycling Beat 60	17:15 Indoor Cycling Beat 60	17:40 Pilates 60		17:15 Indoor Cycling Base 60
18:15 Indoor Cycling HIIT 30	18:10 BodyBalance 60	18:00 BodyCombat 60	17:45 LesMills Core 30			17:15 Power Jooga 90
18:15 BodyPump 60	18:10 Indoor Cycling Base 45	19:15 BodyPump 45	18:30 DanceMix 60			
19:30 Jooga 60	19:20 Pilates 60		19:40 Kehonhuolto 60			