# Ryhmäliikunta kevät 2025

## Mikkeli Keskusta Group 17.2.-11.5.2025

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

| Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai | Lauantai | Sunnuntai |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| | | | | 10:00 IisiStartti 45' | | |
| | | | | 10:55 Kehonhuolto 45' | 10:30 PV/BP/BC 60' | |
| | | | | | 11:45 Kehonhuolto 60' | |
| | | | | | | |
| 16:45 Peppu-vatsa 60' | 16:30 IisiStartti 45' | 16:45 Peppu-vatsa 45' | 16:45 Core 45' | | | |
| 17:55 BodyCombat 60' | 17:25 BodyBalance 60' | 17:40 Jooga 60' | 17:40 BodyPump 60' | | | |
| 19:05 Kehonhuolto 45' | 18:40 BodyPump 60' | | 18:55 BodyBalance 60' | | | 18:00 Jooga 60' |