

# RYHMÄLIIKUNTA

KESÄ 31.5.2021 alkaen

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIikko

TORSTAI

PERJANTAI

LAUANTAI

SUNNUNTAI

	6:30 Piazza Aamutreeni 50'				6:30 Piazza BODYPUMP 60'		
9:30 Ulkotreeni Toiminnallinen kuntopiiri 60'	8:30 Spinnusali Sporttispinning 45' (L)	9:30 Kuntosali Kuntopiiri 60'	9:45 Piazza Aamutreeni 45' ((o))	8:30 Piccolo BODYBALANCE 45' (L)	9:30 Piazza BODYSTEP 45' ((o)) (L)		
9:30 Piazza BODYPUMP 60' ((o))		9:40 Piazza Kahvakuula 50' ((o))	10:45 Piccolo Yin Yoga 70' (L)	9:30 Piazza BEBA30 + SPIN30 60' ((o))	10:30 Ulkotreeni B.E.A.S.T. 45'		
10:45 Piazza Asahi+Venyttely 45' ((o))		10:40 Piazza Terveuskä 50' (L)		9:30 Ulkotreeni Toiminnallinen Kuntopiiri 60'			
17:10 Piazza VSP40 40' ((o)) (L)	17:00 Piccolo BODYBALANCE 45' ((o)) (L)	17:30 Piazza BEBA30 30' ((o)) (L)	17:45 Piazza BODYSTEP 60' ((o)) (L)	17:00 Piazza BODYPUMP 60' ((o))	16:45 Piazza BODYCOMBAT STRONG 60' (NEW) (L)		
18:00 Spinnusali Rasvanpolttoispinning 45' (L)	18:00 Piazza BODYPUMP 60' ((o))	18:10 Spinnusali Sporttispinning 50'	17:45 Piccolo Terveuskä 60' ((o)) (L)		18:00 Ulkotreeni ZUMBA 45' (L)		
18:05 Piazza BODYATTACK 45' ((o)) (L)	18:10 Piccolo BODYJAM 45' (L)	18:15 Piazza ZUMBA 45' ((o)) (L)	18:15 Ulkotreeni B.E.A.S.T. 45'		18:00 Piazza BODYPUMP 60' ((o))		
19:10 Ulkotreeni B.E.A.S.T. 45'	19:10 Piazza BODYCOMBAT 45' ((o)) (L)	19:15 Piccolo Yin Yoga 60' ((o)) (L)	19:00 Piazza BODYPUMP 60' ((o))		19:15 Piazza BODYBALANCE 60' ((o)) (L)		



Ulkotreeni



Liikkeen harmonia



Terveysliikunta



Liikunnan ilo



Liikunnasta energiaa



Liikunnasta voimaa



Lasten Huuma

((o))

Tunti striimataan



Uutuustunti



Sallittu 10 vuotta täyttäneille

LAPSIPARKKI

Omalla vastuulla vastaanoton aukioloaikojen puitteessa!!

**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).

Virtualspinning:

MA-SU 6:00-19:00

Vaihtuva ohjelma  
tasatunnein