RYHMÄLIIKUNTA KEVÄT 3.1.2022 ALKAEN

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI
9:30 KUNTOPIIRI 60' Kuntosali	6:30 AAMUTREENI 50' Piazza	9:30 KUNTOPIIRI 60' Kuntosali	9:30 KUNTOPIIRI 60' Kuntosali	6:30 LM BODYPUMP 60' Piazza	9:30 HUUMASPINNING 30' Spinnusali Taso 1
9:30 TOIMINNALLINEN KUNTOPIIRI Piazza	8:15 HUUMASPINNING 30' Spinnusali Taso 1	9:30 LM BODYPUMP 60' Piazza T	9:45 UUTUUS 50' Alkaa Tammikuun lopulla! U!	8:30 LM BODYBALANCE 45' Piccolo T	10:10 HUUMACORE 30' Piazza T
10:45 ASAHI + VENYTTELY 45' Piazza T	8:50 HUUMACORE 30' Piazza T	10:45 TERVESELKÄ 50' Piazza T	10:45 YINYOGA 70' Piccolo T	9:30 KUNTOPIIRI 60' Kuntosali	
				9:40 HUUMAKUNTO 45' Piazza T	
17:00 LM BODYSTEP 60' Piazza T L	17:00 LM BODYCOMBAT 45' Piazza L	17:10 ZUMBA 45' Piazza T L	17:00 LM BODYATTACK 45' Piazza L		**SUNNUNTAI**
17:15 HUUMASPINNING 50' Spinnusali Taso 2 L	17:30 TERVESELKÄ 50' Piccolo T L	18:10 UUTUUS 50' Alkaa tammikuun lopulla! U!	18.00 HUUMASPNNING 45' Spinningsali Taso 2 L	17:00 BODYPUMP 60' Piazza T	17:00 BODYPUMP 60' Piazza T L
18:00 BODYJAM 60´ Piccolo	18:00 LM BODYPUMP 60' Piazza T	18:10 LM BODYSTEP 45' Piazza L	18:00 BODYPUMP 45' Piazza T		17:00 ZUMBA 60' Piccolo T L
18:15 HUUMAKUNTO 45' Piazza U! T	19:10 LM BODYBALANCE 60' Piccolo T L	19:15 YINYOGA 60' Piccolo T L	19:00 HUUMACORE 30' Piccolo T		18:15 LM BODYCOMBAT Piazza T L
19:15 YINYOGA 60' Piccolo T L					18:15 BODYBALANCE 60' Piccolo T L

Ulkotreeni
Liikkeen harmonia
Terveysliikunta
Liikunnan ilo
Liikunnasta energiaa
Liikunnasta voimaa
Pienryhmätreeni

T = Tunti striimataan
U! = Uutuustunti
L = Sallittu 10v. täyttäneille

Virtualspinning:
MA-SU 6:00-19:00
Vaihtuva ohjelma tasatunnein
Huom! Live-tuntien aikana
ei virtuaali-tuntia

LAPSIPARKKI
MA-TO 16:30-20:15
PE: 16:30-19:00

LASTENJUMPAT
TO 17:00 Lasten jumppa 3-6v. 45'

HYVINVOINTIKESKUS HUUMA p. 045 125 3277 toimisto@clubhuuma.fi

*Pidätämme oikeudet muutoksiin. Varaathan paikkasi tunneille varausjärjestelmästä clubhuuma.fi > varaa tunti.

Pidätämme oikeuden perua tunnin mikäli varauksia on alle 5 (aamutunneille alle 3).