

RYHMÄLIIKUNTA KEVÄT 3.1.2022 ALKAEN

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	UlkoTREeni
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	Liikkeen harmonia Terveysliikunta Liikunnan ilo
9:30 TOIMINNALLINEN KUNTOPIIRI Piazza	8:15 HUUMASPINNING 30' Spinnusali Taso 1	9:30 LM BODYPUMP 60' Piazza T	9:45 HUUMAHEAT 50' Areena U! U!	8:30 LM BODYBALANCE 45' Piccolo T	10:10 HUUMACORE 30' Piazza T	Liikunnasta energiaa Liikunnasta voimaa Pienryhmätreeni
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		T = Tunti striimataan U! = Uutuustunti L = Sallittu 10v. täyttäneille
17:00 LM BODYPUMP 60' Piazza T L	17:00 LM BODYCOMBAT 45' Piazza T L	17:10 ZUMBA 45' Piazza T L	17:00 LM BODYATTACK 45' Piazza L	9:40 HUUMAKUNTO 45' Piazza T	SUNNUNTAI 17:00 BODYPUMP 60' Piazza T L	Virtualspinning: MA-SU 6:00-19:00
17:15 HUUMASPINNING 50' Spinnusali Taso 2 L	17:30 TERVESELKÄ 60' Piccolo T L	18:10 HUUMAHEAT50' Areena U!	18:00 HUUMASPINNING 45' Spinningsali Taso 2 L	17:00 BODYPUMP 60' Piazza T	17:00 LM BODYCOMBAT Piccolo T L	Vaihtuva ohjelma tasatunnein Huom! Live-tuntien aikana ei virtuaali-tuntia
18:00 BODYJAM 60' Piccolo L	18:00 LM BODYPUMP 60' Piazza T	18:10 LM BODYPUMP 45' Piazza T L	18:00 BODYPUMP 45' Piazza T		18:15 ZUMBA 60' Piazza T L	
18:15 HUUMAKUNTO 45' Piazza T	19:10 LM BODYBALANCE 60' Piccolo T L	19:15 YINYOGA 60' Piccolo T L	19:00 HUUMACORE 30' Piccolo T		18:15 BODYBALANCE 60' Piccolo T L 19:25 YINYOGA 60' Piccolo T L	

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).