Joulunajan ryhmäliikunta-aikataulu

5.12.2026-6.1.2027

La 5.12.
11.00 Dance * (45')
11.50 Pilates (55')

Su 6.12. / Itsenäisyyspäivä
12.15 Strength (55')
Vastaanotto avoinna klo 12-15
Kuntosali-/MIX-kortilla pääset salille klo 05-15

Ma 7.12.
9.30 Power (45') + sennut
18.00 Interval * (45')
18.50 Core (55')

Ti 8.12.
9.30 Strength (45') + sennut
17.30 Combat * (45')
18.20 Strength (45')

Ke 9.12.
9.30 Interval * (45') + sennut
18.00 Dance * (45')

To 10.12.
9.30 Power (45') + sennut
18.00 Power (45')
18.50 Mindful Body (55')

Pe 11.12.
10.00 Mindful Body (55')
17.30 Combat * (45')

La 12.12.
11.00 Power (45')
11.50 Mindful Body (55')

Su 13.12.
18.30 Power (55')

Ma 14.12.
10.00 Power (45')
18.00 Combat * (45')
18.50 Mindful Body (55')

Ti 15.12.
10.00 Strength (45')
17.30 Interval (55')

Ke 16.12.
10.00 Interval * (45')
18.00 Strength (55')

To 17.12.
10.00 Power (45')
17.30 Step *** (45')
18.20 Core (55')

Pe 18.12.
10.00 Mindful Body (55')
17.30 Power (45')

La 19.12.
11.00 Power (45')
11:50 Mindful Body (55')

Su 20.12.
18.30 Dance * (45')

Ma 21.12.
10.00 Power (45')
18.00 Interval * (45')
18.50 Pilates (55')

Ti 22.12.
10.00 Mindful Body (55')
17.30 Combat * (45')

Ke 23.12.
10.00 Interval * (45')
18.00 Dance ** (45')

To 24.12. / Jouluaatto
Ei ohjattuja tunteja
Vastaanotto avoinna klo 10-13
Kuntosali-/MIX-kortilla pääset salille klo 05-13

Pe 25.12. / Joulupäivä
OLARIUM ON SULJETTU
Rauhallista joulua ☺



La 26.12. / Tapaninpäivä
11.20 Interval * (45')
12:10 Mindful Body (55')
Vastaanotto avoinna klo 11-14
Kuntosali- / MIX-kortilla pääset salille klo 05-19

Su 27.12.
18.30 Power (55')
Vastaanotto avoinna klo 18-21
Kuntosali- / MIX-kortilla pääset salille klo 05-21

Ma 28.12.
10.00 Power (45')
18.00 Interval * (45')
18.50 Mindful Body (55')
Vastaanotto avoinna koko päivän: klo 9-22
Kuntosali- / MIX-kortilla pääset salille klo 05-22

Ti 29.12.
10.00 Mindful Body (55')
17.30 Combat * (45')
18.20 Strength (45')
Vastaanotto avoinna koko päivän: klo 9-22
Kuntosali- / MIX-kortilla pääset salille klo 05-22

Ke 30.12.
10.00 Strength (45')
17.40 Dance ** (45')
18.30 Mindful Body (55')
Vastaanotto avoinna koko päivän klo 9-22
Kuntosali- / MIX-kortilla pääset salille klo 05-22

To 31.12. / Uudenvuodenaatto
10.00 Interval * (45')
Vastaanotto avoinna klo 10-17
Kuntosali- / MIX-kortilla pääset salille klo 05-17

Pe 1.1.2027 / Uudenvuodenpäivä
Ei ohjattuja tunteja tai vastaanottoa
Kuntosali- / MIX-kortilla pääset salille klo 09-17

La 2.1.
10.30 Interval * (45')
11.20 Power (45')
12.20 Mindful Body (55')

Su 3.1.
18.30 Power (55')

Ma 4.1.
10.00 Power (45')
17.45 Dance ** (45')
18.40 Power (45')
19.30 Mindful Body (55')

Ti 5.1.
10.00 Mindful Body (55')
17.30 Combat * (45')
18.20 Strength (45')

Ke 6.1. / Loppiainen
10.30 Step *** (45')
11.20 Power (45')
12.20 Mindful Body (55')
Vastaanotto avoinna klo 10-14
Kuntosali- / MIX-kortilla pääset salille klo 05-19

Tunneillemme ei ilmoittauduta erikseen.
Kevään aikataulu alkaa 7.1.2027.
Tervetuloa jumppaamaan! 😊

MUISTATHAN HYÖDYNTÄÄ:

