

RYHMÄLIIKUNTA-AIKATAULU KESÄ 2021

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
6.45-7.30 Kahvakuula 45		6.45-7.30 WarmYoga		6.45-7.30 Bike 45		
	11.00-11.30 HooHiit					
17.00-17.30 HooReeni	17.00-17.45 Kahvakuula kiertoharjoittelu 45	17.00-18.00 BODYATTACK® 60	17.00-18.00 BODYCOMBAT® 60			16.00-16.30 Bike 30
17.35-18.05 BODYCOMBAT® 30	17.50-18.35 Bike 45	18.05-18.50 HooReeni	18.05-18.35 LES MILLS CORE™ 30			16.35-17.35 BODYPUMP® 60
18.10-18.40 HooCore	18.40-19.40 BODYSTEP® 60	18.55-19.55 BODYPUMP® 60	18.40-19.10 LES MILLS GRIT™ 30			17.40-18.25 Kehonhuolto 45
18.45-19.45 BODYBALANCE®	18.45-19.45 Pilates					

VASTAANOTON AUKIOLOAJAT

MA	6.30-6.45	16.45-18.45
TI	10.45-11.00	16.45-18.45
KE	6.30-6.45	16.45-18.55
TO		16.45-18.40
PE	6.30-6.45	
LA	SULJETTU	
SU		15.45-17.40

JÄSENILLE OVET AUKI
AVAINKORTILLA 04.30-23.00
JOKA PÄIVÄ!

LAPSIPARKIN AUKIOLOAJAT

MA	17.00-19.45
TI	17.00-19.45
KE	17.00-19.55
TO	17.00-19.10

**Tunnit mahdollisuuksien
mukaan ulkona 😊**

LIIKUNTAKESKUS
ISOHOO

Pidätämme oikeuden muutoksiin

Koskikatu 1, 87250 Kajaani
www.isohoo.fi

Marjut 044 777 0796
Jarkko 044 777 0795