


RYHMÄLIIKUNTA-AIKATAULU KEVÄT 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				9.15-10.00 BODYCOMBAT® 45	
					10.05-10.35 HooCore	
16.30-17.00 LiikkuvuusTreeni	16.30-17.00 LES MILLS GRIT™	16.30-17.00 BODYATTACK® 30	16.30-17.15 Kahvakuula 45	16.00-16.30 Bike 30		16.00-16.30 LES MILLS CORE™
17.05.18.05 BODYATTACK®	16.45-18.45 HOOROAD 1.4. saakka	17.05-17.35 HooReeni	16.30-17.30 BODYBALANCE ®	16.35-17.20 BODYPUMP® 45		16.35-17.35 BODYPUMP®
18.10-18.40 HooCore	17.05-17.50 Kahvakuula kiertoharjoittelu 45	17.40-18.40 BODYSTEP®	17.35-18.20 LES MILLS CORE™ 45			16.45-17.30 Bike 45
18.15-19.15 WarmPilates	17.55-18.40 BODYCOMBAT® 45	18.45-19.45 BODYPUMP®	18.25-19.10 Lavis® 45			17.40-18.40 BODYBALANCE ®
18.45-19.15 HooReeni	18.45-19.15 LES MILLS CORE™		18.25-19.10 Bike 45			
19.20-20.05 BODYSTEP® 45	19.20-20.05 WarmYoga		19.15-20.15 BODYCOMBAT®			

VASTAANOTON AUKIOLOAJAT

MA	6.30-6.45	16.15-19.20
TI	10.45-11.00	16.15-19.20
KE	6.30-6.45	16.15-18.45
TO		16.15-19.15
PE	6.30-6.45	15.45-16.35
LA	9.00-9.15	
SU		15.45-17.40

JÄSENILLE OVET AUKI  
AVAINKORTILLA 04.30-23.00  
JOKA PÄIVÄ!

LAPSIPARKIN AUKIOLOAJAT

MA	16.15-20.05
TI	16.15-20.05
KE	16.15-19.45
TO	16.15-20.15
PE	16.15-17.20

Pidätämme oikeuden muutoksiin

Koskikatu 1, 87250 Kajaani  
www.isohoo.fi

Marjut  
Jarkko

044 777 0796  
044 777 0795