

ESPORT CENTER

PÄÄSIÄISEN ERIKOISAIKATAULU PE 19.4 - MA 22.4.2019

TO 18.4.2019 Normaali aikataulu

PE 19.4.2019

Pitkäperjantai

SALI 1 JA 2		SPINNING		HOT STUDIO		TRIMMI, ARENA-SALI	
9:15	BodyPump® 60	MR					
10:20	BodyBalance® 60	LL	10:20	CardioRide 60	KL-K	10:30	Trimmi 45
11:30	BodyAttack® 60	LL			11:30	HotPilates 60	SA
15:20	BodyPump® 60	HA					
16:30	BodyCombat® 60	HA			17:40	HotYinYoga 75	AH

LA 20.4.2019

SALI 1 JA 2		SPINNING		HOT STUDIO		TRIMMI, ARENA-SALI	
9:15	EsportEasy 60	LP					
10:20	SuperBooty 30	LP	10:20	CardioRide 60	JT		
10:25	BodyPump® 60	MR			10:30	BodyBalance® 60	LL
11:35	BodyAttack® 60	LL				11:40	Trimmi 45
11:35	Stretching 60	MR					JT

SU 21.4.2019

1. Pääsiäispäivä

SALI 1 JA 2		SPINNING		HOT STUDIO		TRIMMI, ARENA-SALI	
9:30	BodyPump® 60	LL					
10:40	EsportEasy 60	LP	10:45	CardioRide 60	KL-K		
10:50	Barre® 45	LL					
11:55	Pilates 60	LP			12:00	HotYinYoga 75	AH
17:10	BodyJam® 60	SM					
17:40	CXworx® 30	IG				17:30	Kettlebell 50
18:20	BodyCombat® 60	IG			18:30	HotStretching 60	MR

MA 22.4.2019

2. Pääsiäispäivä

SALI 1 JA 2		SPINNING		HOT STUDIO		TRIMMI, ARENA-SALI	
9:15	EsportEasy 60	LP					
10:25	Pilates 60	LP	10:30	CardioRide 60	KL-K		
11:40	BodyPump® 60	LL					
15:30	BodyPump® 60	JA					
16:45	BodyCombat® 60	ST					
17:15	CXworx® 30	HP*			16:40	HotYoga 75	Anu K
17:50	Tone® 45	HP*	18:00	Sprint 30	ST	18:10	HotYinYoga 75
18:45	BodyAttack® 60	TT				17:15	Trimmi 45

Esport Center on normaalisti auki pääsiäisenä