

### ISO JUMPPASALI

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Vastaanotto avoinna 17:00-20:00	Vastaanotto avoinna 17:00-20:00	Vastaanotto avoinna 17:00-20:00	Vastaanotto avoinna 17:00-20:00	Vastaanotto suljettu	Vastaanotto avoinna 9:30-11:30	Vastaanotto suljettu
Lapsiparkki valvottuna 17:15-19:45	Lapsiparkki valvottuna 17:15-19:45	Lapsiparkki valvottuna 17:30-20:00	Lapsiparkki valvottuna 17:15-19:45			
	*6:45 Energy!GoodMorning 45' / Jenni S (tunti pidetään, mikäli vähintään 5 ilmoittautunutta 12h ennen)			*10:00 Energy!GoodMorning / Jenni S	10:00 Kurvit Kuntoon / Kati	10:00 BodyPump / Svetlana
17:30 BodyPump / Noora	17:30 LadyJumppa / Sirpa	17:45 Kiinteytys / Susanna	17:30 Lavis / Anna (17.1. alkaen)	17:30 Energy!AfterWork / Jenni S		
18:40 BodyCombat 45' / Jenni P	18:30 RVP / Marketta	18:45 Strength 50' / Mirka	18:30 EasyStep / Anna (17.1. alkaen)			18:00 SuomiJumppa / Mirka
	19:50 Zumba / Svetlana	19:45 BodyBalance / Mirka	19:30 BodyPump / Jenni S			19:00 FasciaMethod / Mirka

\* Tunnille pääsee myös 5 euron kertamaksulla

### PYÖRÄSALI

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
17:45 Cycling Basic 45' / Jenni P			18:00 Cycling Pro / Marketta		10:15 Cycling Basic 55' / vaihtuva ohjaaja	

Korttien lataukset myös sähköpostilla: palvelu@maskugym.fi

Kuntosali ja ryhmäliikuntatunnit vastaanoton aukioloaikojen ulkopuolella vain jäsenille.  
Jäsenkortilla kuntosalille joka päivä klo 05:00 – 23:00