

VIIKKO-OHJELMA TALVI 2020  
VOIMASSA 22.11.2020 ALKAEN



Masku Gym Oy  
Maskuntie 234  
21250 Masku  
p. 010 281 9339  
palvelu@maskugym.fi

RYHMÄLIKUNNAN AIKATAULU						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Vastaanotto avoinna 16:30 - 20:00	Vastaanotto avoinna 16:30 - 20:00	Vastaanotto avoinna 16:30 - 20:00	Vastaanotto avoinna 16:30 - 20:00	Vastaanotto avoinna 16:00 - 18:00	Vastaanotto avoinna 10:00 - 12:00	Vastaanotto suljettu
RYHMÄLIKUNTASALI						
				Klo 11:15 Les Mills BodyPump / Susanna *	Klo 10:15 Kiinteytys / Susanna	Klo 10:00 Les Mills BodyPump 45' / Jenni P
Klo 17:45 Les Mills BodyCombat / Jenni P	Klo 17:15 LadyJumppa / Sirpa	Klo 17:30 SuomiJumppa / Anna S	Klo 18:00 Toiminnallinen kuntopiiri / Mona			
Klo 18:50 Les Mills BodyPump / Jenni P	Klo 18:20 Kahvakuula 45' / Jenna	Klo 18:45 Les Mills BodyPump / Svetlana	Klo 19:15 PowerJooga / Jenna			Klo 18:00 RVP / Marketta
	Klo 19:15 YinJooga / Jenna					
SISÄPYÖRÄILY						
Klo 18:30 Cycling BASIC 45' / Marketta		Klo 17:30 Cycling PRO / Marketta		Klo 17:30 Cycling + Core / Marika	Klo 10:30 Cycling HC 45' / Mona	
* Tunnille pääsee myös 5 euron kertamaksulla						

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

Pidämme oikeuden muutoksiin !