

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
16.30-17.30 Zumba Fitness Eeva, Niina	9.00-10.00 Kiinteystreeni Niina	16.30-17.25 Kiinteystreeni Niina, Leena, Eeva	16.30-17.30 Voimatreeni Eeva	16.30-17.30 Latin Jam Remix Niina	10.00-11.00 Strong Nation Niina, Eeva	16.00-16.45 NoLimits -Erytystanssi Niina, Eeva
17.40-18.40 Kahvakuula-Circuit Eeva, Niina	16.30-16.30 Pilates Niina, Eeva	17.35-18.35 Strong Nation Niina, Eeva	17.40-18.40 Pilates / Kehonhuolto Eeva	17.40-18.25 Kangoo Jumps alkeet Niina	11.10-12.10 Pilates Niina, Eeva	17.00-18.00 Zumba Fitness Niina, Eeva
18.45-19.35 Kangoo Jumps keskitaso Niina	17.40-17.40 Zumba Fitness Niina, Eeva	18.45-20.00 Hot Yin Jooga Saara	18.50-19.40 Kangoo Jumps alkeet Kirsi	18.30-19.30 XL-pienryhmä 12.1. alk Niina	12.20-13.20 Zumba Fitness / Easy Niina, Eeva	18.15-19.30 Hot Jooga Niina, Eeva
19.45-20.45 Pilates Niina	18.50-19.50 Hot Jooga Niina, Eeva					

**LIIKUNTASTUDION osoite: Huoltokatu 7, Kouvola**  
**Ryhmäliikuntaan Basic-korteilla, **Luxus-kortti sisältää hotjoogan****

Ohjaajat: Saara Julkunen, Kirsi Kaasalainen, Niina Mäki, Eeva Uusitalo, Leena Suominen

VARAA PAIKKASI TUNNEILLE Avoinna24-palvelusta: [www.avoinna24.fi/funwellness](http://www.avoinna24.fi/funwellness)



*Lisätietoja sähköpostilla [info@funwellness.org](mailto:info@funwellness.org) tai nettisivuilta [www.funwellness.org](http://www.funwellness.org)*