

# KUNTOKIKAN RYHMÄLIIKUNNAT

kesä 2024 ALKAEN 27.5.



## MAANANTAI

**KLO 17-18**

ZUMBA CORE®/Sanna

**KLO 18-19**

KIINTEYTYS/Sirpa

**KLO 19-20**

PILATES/Sirpa

**KLO 19-20**

LEMPEÄ JOOGA/Emma

## TIISTAI

**KLO 17-18**

PUMPPU/RVP/Emma  
(3vko & 3vko)

**KLO 18-19**

SUMMERDANCE/Sanna

**KLO 19-20**

VINYASA JOOGA/Emma

**KLO 19.05-20.05**

BARRE/Sanna

## KESKIVIikko

**KLO 17-18**

ZUMBA®/Sanna

**KLO 18-19**

LIHASKUNTOTREENI/Sirpa

**KLO 19-20.15**

YIN JOOGA/Emma

## TORSTAI

**KLO 16.45-17.45**

KUNTOSALICIRCUIT/Emma

**KLO 18-19**

KIINTEYTYS/Sirpa

**KLO 19-20**

JOOGA/Emma

(vaihtuva teema)

## PERJANTAI

**KLO 10-11**

AAMUCIRCUIT/Emma & Kikka

## SUNNUNTAI

**KLO 17-18**

TEEMALLINEN TANSSITUNTI  
/Sanna

**KLO 17-18**


STEP&LIHASKUNTO/Paula

**KLO 18.05-19.05**


BARRE/Sanna

## Varaa paikkasi [www.kuntokikka.fi](http://www.kuntokikka.fi)

- Saat varattua haluamasi tunnin varauskalenteristamme luomalla itsellesi asiakastilin.
- Voit perua paikkasi 3 tuntiin asti ennen tunnin alkua sähköpostiisi tulleesta varausvahvistuksesta.
- Muistathan perua paikkasi myös varasijalta, jos et ole valmis tulemaan paikalle 3 tunnin varoitusajalla!
- Voit maksaa tunnin tullessasi vastaanottoon tai lunastaa haluamasi korttivaihtoehdon.
- Jos sinulla on ongelmia varauksen kanssa tai joudut tekemään viime hetken perumisen ole yhteydessä [info@kuntokikka.fi](mailto:info@kuntokikka.fi) / puh. 0447922634

 puh. 0447922634

 Nurmeksentie 4

 [info@kuntokikka.fi](mailto:info@kuntokikka.fi)