

Kampus Campus	Tila Place	Aika Time	Tunti Class	Osallistujia Participants	Info
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 08:00	Spin	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 17:30	Latinos	20	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 18:30	Pump!	24	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 15:45	IntervalliSpin	22	Täynnä (+2)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 16:45	IisiSpin45*	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 17:30	WholeWorks* LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 18:30	Pilates LS	0	Peruttu
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.01.2026 klo 15:00	Spin45	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.01.2026 klo 16:00	Pump! LS	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 10.01.2026 klo 12:45	Spin	22	Täynnä (+7)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 11.01.2026 klo 18:45	Spin45	22	Täynnä (+5)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 11.01.2026 klo 19:30	Body* LS	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 11.01.2026 klo 20:00	Venytely45* LS	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 15:15	IntervalliSpin	22	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 16:15	Voima45* LS hlöstö	2	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 17:00	Pump! LS	25	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 18:00	Spin	22	Täynnä (+6)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 19:00	Tabata LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 19:30	Yin jooga* LS	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 16:15	Balance* LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 17:15	Combat45 LS	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 18:00	Pump! LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 19:00	Spin	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 07:30	Spin	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 17:30	Latinos	20	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 18:30	Pump!	24	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 15:45	IntervalliSpin	22	Täynnä (+5)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 16:45	IisiSpin45*	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 17:30	WholeWorks* LS	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 18:30	Pilates LS	25	Täynnä (+1)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.01.2026 klo 15:00	Spin45	22	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.01.2026 klo 16:00	Pump! LS	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 17.01.2026 klo 12:45	Spin	22	Täynnä (+5)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 18.01.2026 klo 18:45	Spin45	22	Täynnä (+5)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 18.01.2026 klo 19:30	Body* LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 18.01.2026 klo 20:00	Venytely45* LS	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 16:15	Voima45* LS hlöstö	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 17:00	Pump! LS	25	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 18:00	Spin	22	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 19:00	Tabata LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 19:30	Yin jooga* LS	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 16:15	Mobility LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 17:15	Combat45 LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 18:00	Pump! LS	25	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 19:00	Spin	22	Täynnä (+12)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 07:30	Spin	20	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 17:30	Latinos	24	

TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 18:30	Pump!	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 15:45	IntervalliSpin	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 16:45	IisiSpin45*	20	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 17:30	WholeWorks* LS	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 18:30	Kehonhuolto* LS	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 23.01.2026 klo 16:00	Pump! LS	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 24.01.2026 klo 12:45	Spin	22	Täynnä (+5)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 25.01.2026 klo 18:45	Spin45	22	Täynnä (+4)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 25.01.2026 klo 19:30	Body* LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 25.01.2026 klo 20:00	Venyttely45* LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 16:15	Voima45* LS hlöstö	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 17:00	Pump! LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 18:00	Spin	22	Täynnä (+4)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 19:00	Tabata LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 19:30	Yin jooga* LS	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 16:15	Mobility LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 17:15	Combat45 LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 18:00	Pump! LS	24	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 19:00	Spin	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 07:30	Spin	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 17:30	Latinos	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 18:30	Pump!	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 15:45	IntervalliSpin	22	Täynnä (+4)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 16:45	IisiSpin45*	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 17:30	WholeWorks* LS	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 18:30	Pilates LS	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 30.01.2026 klo 15:00	Spin45	22	Täynnä (+7)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 30.01.2026 klo 16:00	Pump! LS	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 31.01.2026 klo 12:45	Spin	22	Täynnä (+0)
TAMK	Muu/Muu tila 3	Ma 19.01.2026 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 09:00	Pilates	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 15:00	Hathajooga75*	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 16:15	Barre	44	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 17:15	Puntti	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 18:15	Balance45*	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 19:00	Cardio45	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 10:15	Puntti	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 15:00	Niska-selkä*	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 16:00	Core*	30	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 16:30	Squat	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 17:00	Pushup	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 17:30	Pilates45	45	Täynnä (+2)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 18:15	Dance Me Up	41	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.01.2026 klo 14:30	Dance&Shine	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.01.2026 klo 15:30	Pilates hlöstö	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.01.2026 klo 16:30	Puntti	26	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 10.01.2026 klo 10:15	Combat	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 10.01.2026 klo 11:15	Squat + Core	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 10.01.2026 klo 12:15	Venyttely*	17	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 11.01.2026 klo 17:00	WholeWorks*	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 15:00	StepBody	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 16:15	Slow flow jooga	45	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 17:15	Puntti	42	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 18:15	Niska-selkä*	34	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 19:15	Circuit*	33	Täynnä (+2)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 15:00	Pilates	45	Täynnä (+8)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 16:15	Syke&Voima hlöstö	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 17:15	RVP	33	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 18:15	Zumba®	45	Täynnä (+8)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 19:15	Cardio&Strength	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 09:00	Pilates	41	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 15:00	Hathajooga75*	45	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 16:15	Barre	45	Täynnä (+5)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 17:15	Puntti	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 18:15	Balance45*	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 19:00	Cardio45	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 10:15	Puntti	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 15:00	Niska-selkä*	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 16:00	Core*	30	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 16:30	Squat	36	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 17:00	Pushup	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 17:30	Pilates45	42	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 18:15	Dance Me Up	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.01.2026 klo 14:30	Dance&Shine	45	Täynnä (+1)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.01.2026 klo 15:30	Pilates hlöstö	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.01.2026 klo 16:30	Puntti	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 17.01.2026 klo 10:15	Combat	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 17.01.2026 klo 11:15	RVP	45	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 17.01.2026 klo 12:15	Venyttely*	26	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 18.01.2026 klo 17:00	WholeWorks*	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 15:00	StepBody	36	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 16:15	Slow flow jooga	37	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 17:15	Puntti	45	Täynnä (+3)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 18:15	Niska-selkä*	35	Täynnä (+2)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 19:15	Circuit*	33	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 15:00	Pilates	45	Täynnä (+9)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 16:15	Syke&Voima hlöstö	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 17:15	RVP	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 18:15	Zumba®	45	Täynnä (+6)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 19:15	Cardio&Strength	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 09:00	Pilates	43	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 15:00	Hathajooga75*	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 16:15	Barre	45	Täynnä (+3)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 17:15	Puntti	34	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 18:15	Balance45*	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 19:00	Cardio45	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 10:30	Puntti	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 15:00	Niska-selkä*	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 16:00	Core*	36	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 16:30	Squat	31	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 17:00	Pushup	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 17:30	Pilates45	45	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 18:15	Dance Me Up	36	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 23.01.2026 klo 14:30	Dance&Shine	31	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 23.01.2026 klo 15:30	Pilates hlöstö	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 23.01.2026 klo 16:30	Puntti	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 24.01.2026 klo 10:15	Combat	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 24.01.2026 klo 11:15	RVP	34	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 24.01.2026 klo 12:15	Venyttely*	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 25.01.2026 klo 17:00	WholeWorks*	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 15:00	StepBody	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 16:15	Slow flow jooga	41	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 17:15	Puntti	45	Täynnä (+1)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 18:15	Niska-selkä*	30	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 19:15	Circuit*	33	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 15:00	Pilates	45	Täynnä (+4)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 16:15	Syke&Voima hlöstö	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 17:15	RVP	38	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 18:15	Zumba®	45	Täynnä (+10)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 19:15	Cardio&Strength	31	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 09:00	Pilates	31	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 15:00	Hathajooga75*	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 16:15	Barre	45	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 17:15	Puntti	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 18:15	Balance45*	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 19:00	Cardio45	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 10:15	Puntti	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 15:00	Niska-selkä*	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 16:00	Core*	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 16:30	Squat	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 17:00	Pushup	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 17:30	Pilates45	43	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 18:15	Dance Me Up	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 30.01.2026 klo 14:30	Dance&Shine	35	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 30.01.2026 klo 15:30	Pilates hlöstö	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 30.01.2026 klo 16:30	Puntti	30	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 31.01.2026 klo 10:15	Combat	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 31.01.2026 klo 11:15	RVP	36	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 31.01.2026 klo 12:15	Venyttely*	7	
Keskusta	Venyttelysali	To 08.01.2026 klo 07:15	Crosstraining45	8	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 13.01.2026 klo 07:15	Crosstraining45	9	
Keskusta	Venyttelysali	To 15.01.2026 klo 07:15	Crosstraining45	10	Täynnä (+0)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 20.01.2026 klo 07:15	Crosstraining45	10	Täynnä (+3)
Keskusta	Venyttelysali	To 22.01.2026 klo 07:15	Crosstraining45	9	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 27.01.2026 klo 07:15	Crosstraining45	9	
Keskusta	Venyttelysali	To 29.01.2026 klo 07:15	Crosstraining45	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 08:30	Lempeä aamujooga*	4	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 16:15	Pilates	39	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 17:15	Squat	26	

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 17:45	Pushup	26	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 18:15	Core*	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.01.2026 klo 18:45	Venyttely*	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	7	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 16:15	WholeWorks*	19	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 17:15	Venyttely45*	18	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 08.01.2026 klo 18:00	Zumba®	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.01.2026 klo 15:00	Pump!	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 11.01.2026 klo 18:00	Pump!	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 15:00	Pilates	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 16:00	Lempeä jooga*	18	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 17:00	Tabata	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 17:30	Mobility	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 18:00	Combat	22	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.01.2026 klo 19:00	Pump!	20	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 15:00	Pump!	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 16:15	Barre	37	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.01.2026 klo 17:15	Balance*	26	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 08:30	Lempeä aamujooga*	3	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 16:15	Pilates	45	Täynnä (+0)
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 17:15	Squat	22	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 17:45	Pushup	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 18:15	Core*	21	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.01.2026 klo 18:45	Venyttely*	13	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	7	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 16:15	WholeWorks*	21	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 17:15	Venyttely45*	22	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 15.01.2026 klo 18:00	Zumba®	20	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.01.2026 klo 15:00	Pump!	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 18.01.2026 klo 18:00	Pump!	30	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 15:00	Pilates	23	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 16:00	Lempeä jooga*	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 17:00	Tabata	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 17:30	Mobility	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 18:00	Combat	20	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.01.2026 klo 19:00	Pump!	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 15:00	Pump!	19	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 16:15	Barre	28	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.01.2026 klo 17:15	Balance*	23	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 08:30	Lempeä aamujooga*	9	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 16:15	Pilates	35	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 17:15	Squat	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 17:45	Pushup	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 18:15	Core*	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.01.2026 klo 18:45	Venyttely*	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	9	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 16:15	WholeWorks*	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 17:15	Venyttely45*	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 22.01.2026 klo 18:00	Zumba®	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 23.01.2026 klo 15:00	Pump!	22	

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 25.01.2026 klo 18:00	Pump!	20
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 15:00	Pilates	31
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 16:00	Lempeä jooga*	15
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 17:00	Tabata	9
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 17:30	Mobility	12
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 18:00	Combat	18
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 26.01.2026 klo 19:00	Pump!	27
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 15:00	Pump!	17
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 16:15	Barre	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 27.01.2026 klo 17:15	Balance*	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 08:30	Lempeä aamujooga*	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 16:15	Pilates	30
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 17:15	Squat	24
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 17:45	Pushup	25
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 18:15	Core*	30
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 28.01.2026 klo 18:45	Venyttely*	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 16:15	WholeWorks*	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 17:15	Venyttely45*	14
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 29.01.2026 klo 18:00	Zumba®	26
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 30.01.2026 klo 15:00	Pump!	21