

Kampus Campus	Tila Place	Aika Time	Tunti Class	Osallistujia Participants	Info
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.06.2025 klo 18:45	Spin45	22	Täynnä (+2)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.06.2025 klo 19:30	Pilates45 LS	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.06.2025 klo 08:30	Spin	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.06.2025 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.06.2025 klo 18:00	Pump! LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.06.2025 klo 15:45	Spin	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.06.2025 klo 16:45	Pilates LS	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.06.2025 klo 07:30	FasciaMethod* LS	2	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.06.2025 klo 17:00	Pump!	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.06.2025 klo 15:00	Spin	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.06.2025 klo 15:30	Body* LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.06.2025 klo 18:45	Spin45	22	Täynnä (+1)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.06.2025 klo 19:30	Pilates45 LS	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.06.2025 klo 08:30	Spin	2	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.06.2025 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.06.2025 klo 18:00	Pump! LS	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.06.2025 klo 15:45	Spin	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.06.2025 klo 16:45	Pilates LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 12.06.2025 klo 17:00	Pump!	22	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.06.2025 klo 08:00	FasciaMethod* LS	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.06.2025 klo 15:00	Spin	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.06.2025 klo 15:30	Body* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.06.2025 klo 18:45	Spin45	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.06.2025 klo 19:30	Pilates45 LS	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.06.2025 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.06.2025 klo 18:00	Pump! LS	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.06.2025 klo 15:45	Spin	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.06.2025 klo 16:45	Pilates LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.06.2025 klo 18:45	Spin45	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.06.2025 klo 19:30	Balance45* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.06.2025 klo 18:00	Pump! LS	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 26.06.2025 klo 17:00	Pump!	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.06.2025 klo 15:00	Spin	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.06.2025 klo 15:30	Body* LS	3	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.06.2025 klo 10:15	Combat	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.06.2025 klo 10:45	Squat	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.06.2025 klo 11:15	Pushup	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.06.2025 klo 16:30	Niska-selkä*	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.06.2025 klo 17:30	Puntti	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.06.2025 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.06.2025 klo 17:15	RVP	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.06.2025 klo 18:30	Slow flow jooga	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.06.2025 klo 09:00	Pilates	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.06.2025 klo 16:30	Squat + Core	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.06.2025 klo 17:30	Dance&Shine	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.06.2025 klo 10:15	Puntti	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.06.2025 klo 17:00	Hathajooga*	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.06.2025 klo 14:00	WholeWorks*	7	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.06.2025 klo 15:00	Pilates	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.06.2025 klo 10:15	Combat	4	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.06.2025 klo 10:45	Squat	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.06.2025 klo 11:15	Pushup	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.06.2025 klo 16:30	Niska-selkä*	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.06.2025 klo 17:30	Puntti	33	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.06.2025 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.06.2025 klo 17:15	RVP	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.06.2025 klo 18:30	Balance*	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.06.2025 klo 09:00	Pilates	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.06.2025 klo 17:30	Juhannustanssit	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.06.2025 klo 10:15	Puntti	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.06.2025 klo 16:30	Niska-selkä*	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.06.2025 klo 17:30	Puntti	35	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.06.2025 klo 17:15	RVP	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.06.2025 klo 18:30	Balance*	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.06.2025 klo 17:30	DanceChoreo	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.06.2025 klo 10:15	Combat	7	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.06.2025 klo 10:45	Squat	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.06.2025 klo 11:15	Pushup	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.06.2025 klo 16:30	Niska-selkä*	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.06.2025 klo 17:30	Puntti	33	
Keskusta	Venyttelysali	Ma 02.06.2025 klo 16:30	Niska-selkä*	0	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 03.06.2025 klo 07:15	Crosstraining45	6	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 03.06.2025 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	10	Täynnä (+2)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 03.06.2025 klo 17:15	RVP	9	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 03.06.2025 klo 18:30	Slow flow jooga	9	
Keskusta	Venyttelysali	Ke 04.06.2025 klo 09:00	Pilates	10	Täynnä (+2)
Keskusta	Venyttelysali	Ke 04.06.2025 klo 16:30	Squat + Core	10	Täynnä (+0)
Keskusta	Venyttelysali	To 05.06.2025 klo 17:00	Hathajooga*	10	Täynnä (+2)
Keskusta	Venyttelysali	Pe 06.06.2025 klo 14:00	WholeWorks*	7	
Keskusta	Venyttelysali	Pe 06.06.2025 klo 15:00	Pilates	10	Täynnä (+0)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 10.06.2025 klo 07:15	Crosstraining45	6	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 17.06.2025 klo 07:15	Crosstraining45	8	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ma 02.06.2025 klo 17:30	Puntti	13	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ke 04.06.2025 klo 17:30	DanceChoreo	0	Peruttu
Keskusta	Ulkokuntosali	To 05.06.2025 klo 10:15	Puntti	5	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 05.06.2025 klo 18:15	Crosstraining45	8	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 12.06.2025 klo 18:15	Crosstraining45	5	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 26.06.2025 klo 18:15	Crosstraining45	6	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 01.06.2025 klo 17:30	Pump!	34	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.06.2025 klo 16:45	HIIT	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.06.2025 klo 17:15	Pilates	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.06.2025 klo 17:00	Squat + Core	19	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 08.06.2025 klo 17:30	Pump!	27	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.06.2025 klo 16:15	Squat	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.06.2025 klo 16:45	Pushup	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.06.2025 klo 17:15	Pilates	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.06.2025 klo 17:00	Squat + Core	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.06.2025 klo 17:30	Combat	6	

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.06.2025 klo 18:30	Pump!	13
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.06.2025 klo 14:15	Pilates	10
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.06.2025 klo 15:15	Yin&Yang jooga*	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.06.2025 klo 18:00	Dance&Shine	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 15.06.2025 klo 17:30	Pump!	24
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.06.2025 klo 16:15	Squat	9
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.06.2025 klo 16:45	Pushup	10
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.06.2025 klo 17:15	Pilates	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.06.2025 klo 17:30	Combat	13
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.06.2025 klo 18:30	Pump!	26
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.06.2025 klo 16:15	Squat	14
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.06.2025 klo 16:45	Pushup	14
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.06.2025 klo 17:15	Balance*	14
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.06.2025 klo 17:30	Combat	15
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.06.2025 klo 18:30	Pump!	28
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 26.06.2025 klo 18:00	Tabata	8
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 29.06.2025 klo 17:30	Pump!	27
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.06.2025 klo 16:15	Squat	11
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.06.2025 klo 16:45	Pushup	11
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.06.2025 klo 17:15	Pilates	21