

Kampus Campus	Tila Place	Aika Time	Tunti Class	Osallistujia Participants	Info
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 01.03.2026 klo 18:45	Spin45	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 01.03.2026 klo 19:30	Body* LS	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 01.03.2026 klo 20:00	Venyttely45* LS	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 15:15	IntervalliSpin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 16:15	Voima45* LS hlöstö	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 17:00	Pump! LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 18:00	lisiSpin45*	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 19:00	Tabata LS	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 19:30	Yin jooga* LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 16:15	Vinyasa flow jooga LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 17:15	Combat45 LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 18:00	Pump! LS	24	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 19:00	Spin	22	Täynnä (+6)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 08:00	Spin	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 17:30	Latinos	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 18:30	Body45	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 15:45	IntervalliSpin	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 16:45	Pilates LS	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 17:45	lisiSpin45*	22	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 18:30	WholeWorks* LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.03.2026 klo 15:00	Spin45	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.03.2026 klo 16:00	Pump! LS	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 07.03.2026 klo 12:45	Spin	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 08.03.2026 klo 18:45	Spin45	22	Täynnä (+5)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 08.03.2026 klo 19:30	Body* LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 08.03.2026 klo 20:00	Venyttely45* LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 15:15	IntervalliSpin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 16:15	Voima45* LS hlöstö	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 17:00	Pump! LS	23	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 18:00	Spin	22	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 19:00	Tabata LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 19:30	Yin jooga* LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 16:15	Vinyasa flow jooga LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 17:15	Combat45 LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 18:00	Pump! LS	25	Täynnä (+1)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 19:00	Spin	22	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 08:00	Spin	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 17:30	Latinos	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 18:30	Body45	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 15:45	IntervalliSpin	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 16:45	Pilates LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 17:45	lisiSpin45*	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 18:30	WholeWorks* LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.03.2026 klo 15:00	lisiSpin45*	20	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.03.2026 klo 16:00	Pump! LS	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 14.03.2026 klo 12:45	Spin	22	Täynnä (+4)

TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 15.03.2026 klo 18:45	Spin45	22	Täynnä (+2)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 15.03.2026 klo 19:30	Body* LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 15.03.2026 klo 20:00	Venyttely45* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 16:15	Voima45* LS hlöstö	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 17:00	Pump! LS	25	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 18:00	Spin	22	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 19:00	Tabata LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 19:30	Yin jooga* LS	0	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 16:15	Vinyasa flow jooga LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 17:15	Combat45 LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 18:00	Pump! LS	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 19:00	Spin	22	Täynnä (+4)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 08:00	Spin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 17:30	Latinos	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 18:30	Body45	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 15:45	IntervalliSpin	22	Täynnä (+6)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 16:45	Pilates LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 17:45	IisiSpin45*	22	Täynnä (+2)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 18:30	WholeWorks* LS	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.03.2026 klo 16:00	Pump! LS	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 21.03.2026 klo 12:45	Spin	20	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 22.03.2026 klo 18:45	Spin45	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 22.03.2026 klo 19:30	Body* LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 22.03.2026 klo 20:00	Venyttely45* LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 15:15	IntervalliSpin	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 16:15	Voima45* LS hlöstö	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 17:00	Pump! LS	23	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 18:00	Spin	22	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 19:00	Tabata LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 19:30	Yin jooga* LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 16:15	Vinyasa flow jooga LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 17:15	Combat45 LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 18:00	Pump! LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 19:00	Spin	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 08:00	Spin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 17:30	Latinos	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 18:30	Body45	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 15:45	IntervalliSpin	22	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 16:45	Pilates LS	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 17:45	IisiSpin45*	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 18:30	WholeWorks* LS	2	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.03.2026 klo 14:00	Pastorin taivaallinen spin - kärsimysnäytelmä	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.03.2026 klo 15:00	Pastorin taivaallinen spin - kärsimysnäytelmä	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.03.2026 klo 16:00	Pump! LS	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 28.03.2026 klo 12:45	Spin	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 29.03.2026 klo 18:45	Spin45	22	Täynnä (+1)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 29.03.2026 klo 19:30	Body* LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 29.03.2026 klo 20:00	Venyttely45* LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)

TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 15:15	IntervalliSpin	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 16:15	Voima45* LS hlöstö	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 17:00	Pump! LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 18:00	Spin	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 19:00	Tabata LS	0	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 19:30	Yin jooga* LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 16:15	Vinyasa flow jooga LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 17:15	Combat45 LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 18:00	Pump! LS	22	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 19:00	Spin	19	
TAMK	Muu/Muu tila 3	Ma 16.03.2026 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 01.03.2026 klo 17:00	WholeWorks*	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 15:00	StepBody	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 16:15	Slow flow jooga	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 17:15	Puntti	39	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 18:15	Niska-selkä*	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 19:15	Circuit*	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 15:00	Pilates	33	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 16:15	Syke&Voima hlöstö	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 17:15	RVP	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 18:15	Zumba®	45	Täynnä (+3)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 19:15	Cardio45	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 09:00	Pilates	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 15:00	Hathajooga75*	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 16:15	Barre	35	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 17:15	Puntti	35	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 18:15	Niska-selkä45*	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 19:00	Cardio45	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 10:15	Puntti	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 15:00	Niska-selkä*	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 16:00	Core*	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 16:30	Squat	31	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 17:00	Pushup	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 17:30	Pilates45	26	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 18:15	DanceChoreo	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.03.2026 klo 14:30	Dance&Shine	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.03.2026 klo 15:30	Pilates hlöstö	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.03.2026 klo 16:30	Puntti	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.03.2026 klo 10:15	Combat	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.03.2026 klo 11:15	RVP	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.03.2026 klo 12:15	Venyttely*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 08.03.2026 klo 17:00	WholeWorks*	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 15:00	StepBody	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 16:15	Slow flow jooga	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 17:15	Puntti	45	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 18:15	Niska-selkä*	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 19:15	Circuit*	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 15:00	Pilates	44	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 16:15	Voima* hlöstö	6	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 17:15	RVP	22	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 18:15	Zumba®	45	Täynnä (+4)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 19:15	Cardio&Strength	33	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 09:00	Pilates	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 15:00	Hathajooga75*	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 16:15	Barre	34	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 17:15	Puntti	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 18:15	Balance45*	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 19:00	Cardio45	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 15:00	Niska-selkä*	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 16:00	Core*	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 16:30	Squat	30	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 17:00	Pushup	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 17:30	Pilates45	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.03.2026 klo 14:30	Dance&Shine	30	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.03.2026 klo 15:30	Pilates hlöstö	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.03.2026 klo 16:30	Puntti	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.03.2026 klo 10:15	Combat	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.03.2026 klo 11:15	RVP	43	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.03.2026 klo 12:15	Venyttely*	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 15.03.2026 klo 17:00	WholeWorks*	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 15:00	StepBody	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 16:15	Slow flow jooga	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 17:15	Puntti	45	Täynnä (+1)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 18:15	Niska-selkä*	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 19:15	Circuit*	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 15:00	Mobility	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 16:15	Syke&Voima hlöstö	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 17:15	RVP	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 18:15	Zumba®	45	Täynnä (+6)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 19:15	Cardio&Strength	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 09:00	Pilates	26	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 15:00	Hathajooga75*	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 16:15	Barre	39	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 17:15	Puntti	33	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 18:15	Balance45*	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 19:00	Cardio45	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 15:00	Niska-selkä*	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 16:00	Core*	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 16:30	Squat	30	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 17:00	Pushup	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 17:30	Pilates45	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 18:15	DanceChoreo	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.03.2026 klo 14:30	Dance&Shine	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.03.2026 klo 15:30	Pilates hlöstö	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.03.2026 klo 16:30	Puntti	37	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 21.03.2026 klo 10:15	Combat	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 21.03.2026 klo 11:15	RVP	45	Täynnä (+1)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 21.03.2026 klo 12:15	Venyttely*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 22.03.2026 klo 17:00	WholeWorks*	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 15:00	StepBody	23	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 16:15	Slow flow jooga	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 17:15	Puntti	41	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 18:15	Niska-selkä*	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 19:15	Circuit*	33	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 15:00	Pilates	39	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 16:15	Syke&Voima hlöstö	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 17:15	RVP	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 19:15	Cardio&Strength	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 09:00	Pilates	30	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 15:00	Hathajooga75*	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 16:15	Barre	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 17:15	Puntti	39	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 18:15	Mobility	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 19:00	Cardio45	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 10:15	Puntti	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 15:00	Niska-selkä*	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 16:00	Core*	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 16:30	Squat	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 17:00	Pushup	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 17:30	Pilates45	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 18:15	DanceChoreo	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.03.2026 klo 14:30	Dance&Shine	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.03.2026 klo 15:30	Pilates hlöstö	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.03.2026 klo 16:30	Puntti	39	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.03.2026 klo 10:15	Combat	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.03.2026 klo 11:15	RVP	36	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.03.2026 klo 12:15	Venyttely*	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 29.03.2026 klo 17:00	WholeWorks*	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 15:00	StepBody	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 16:15	Slow flow jooga	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 17:15	Puntti	45	Täynnä (+1)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 18:15	Niska-selkä*	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 19:15	Circuit*	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 15:00	Pilates	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 16:15	Syke&Voima hlöstö	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 17:15	RVP	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 18:15	Zumba®	41	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 19:15	WholeWorks*	16	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 03.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	10	Täynnä (+1)
Keskusta	Venyttelysali	To 05.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	9	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 10.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	9	
Keskusta	Venyttelysali	To 12.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	6	
Keskusta	Venyttelysali	To 12.03.2026 klo 10:15	Puntti	6	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 17.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	10	Täynnä (+2)
Keskusta	Venyttelysali	To 19.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	10	Täynnä (+1)
Keskusta	Venyttelysali	To 19.03.2026 klo 10:15	Puntti	10	Täynnä (+2)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 24.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	9	
Keskusta	Venyttelysali	To 26.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	10	Täynnä (+1)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 31.03.2026 klo 07:15	Crosstraining45	10	Täynnä (+1)
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 01.03.2026 klo 18:00	Pump!	16	

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 15:00	Pilates	20
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 16:00	Lempeä jooga*	15
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 17:00	Tabata	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 17:30	Mobility	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 18:00	Combat	20
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.03.2026 klo 19:00	Pump!	25
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 15:00	Pump!	15
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 16:15	Barre	20
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.03.2026 klo 17:15	Balance*	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 08:30	Lempeä aamujooga*	15
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 16:15	Pilates	20
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 17:15	Squat	22
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 17:45	Pushup	28
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 18:15	Core*	24
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.03.2026 klo 18:45	Venyttely*	17
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 16:15	WholeWorks*	18
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 17:15	Venyttely45*	4
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 05.03.2026 klo 18:00	Zumba®	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.03.2026 klo 15:00	Pump!	24
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 08.03.2026 klo 18:00	Pump!	25
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 15:00	Balance*	9
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 16:00	Hathajooga*	9
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 17:00	Tabata	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 17:30	Mobility	4
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 18:00	Combat	14
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.03.2026 klo 19:00	Pump!	32
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 15:00	Pump!	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 16:15	Barre	15
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.03.2026 klo 17:15	Balance*	20
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 08:30	Lempeä aamujooga*	2
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 16:15	Pilates	28
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 17:15	Squat	26
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 17:45	Pushup	25
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 18:15	Core*	24
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.03.2026 klo 18:45	Venyttely*	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	3
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 16:15	WholeWorks*	8
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 17:15	Venyttely45*	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.03.2026 klo 18:00	Zumba®	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.03.2026 klo 15:00	Pump!	28
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 15.03.2026 klo 18:00	Pump!	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 15:00	Balance*	14
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 16:00	Hathajooga*	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 17:00	Tabata	11
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 17:30	Mobility	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 18:00	Combat	24
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.03.2026 klo 19:00	Pump!	38
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 15:00	Pump!	9
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 16:15	Barre	15

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.03.2026 klo 17:15	Balance*	30
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 08:30	Lempeä aamujooga*	1
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 16:15	Pilates	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 17:15	Squat	20
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 17:45	Pushup	20
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 18:15	Core*	22
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.03.2026 klo 18:45	Venyttely*	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 16:15	WholeWorks*	11
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 17:15	Venyttely45*	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 19.03.2026 klo 18:00	Zumba®	30
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.03.2026 klo 15:00	Pump!	18
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 22.03.2026 klo 18:00	Pump!	18
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 15:00	Pilates	17
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 16:00	Lempeä jooga*	9
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 17:00	Tabata	10
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 17:30	Mobility	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 18:00	Combat	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.03.2026 klo 19:00	Pump!	22
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 15:00	Pump!	13
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 16:15	Barre	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 17:15	Balance*	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.03.2026 klo 18:15	DanceChoreo	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 08:30	Lempeä aamujooga*	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 16:15	Balance*	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 17:15	Squat	18
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 17:45	Pushup	22
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 18:15	Core*	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.03.2026 klo 18:45	Venyttely*	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	3
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 16:15	WholeWorks*	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 17:15	Venyttely45*	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 26.03.2026 klo 18:00	Zumba®	25
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.03.2026 klo 15:00	Pump!	25
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 29.03.2026 klo 18:00	Pump!	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 15:00	Pilates	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 16:00	Lempeä jooga*	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 17:00	Tabata	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 17:30	Mobility	3
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 18:00	Combat	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.03.2026 klo 19:00	Pump!	24
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 15:00	Pump!	8
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 16:15	Barre	12
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 17:15	Balance*	24
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.03.2026 klo 18:15	DanceChoreo	10