

| Kampus<br>Campus | Tila<br>Place     | Aika<br>Time            | Tunti<br>Class         | Osallistujia<br>Participants | Info        |
|------------------|-------------------|-------------------------|------------------------|------------------------------|-------------|
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 08:00 | Spin                   | 11                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 17:30 | Latinos                | 14                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 18:30 | Body45                 | 7                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 15:45 | Spin                   | 15                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 16:45 | lisiSpin45*            | 8                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 17:30 | WholeWorks* LS         | 5                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | La 04.04.2026 klo 12:45 | Pääsiäisen spinmaraton | 19                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 06.04.2026 klo 16:30 | Spin                   | 17                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 16:15 | Pilates LS             | 5                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 17:15 | Combat45 LS            | 8                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 18:00 | Pump! LS               | 25                           | Täynnä (+2) |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 19:00 | Spin                   | 22                           | Täynnä (+1) |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 08:00 | Spin                   | 10                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 17:30 | Latinos                | 17                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 18:30 | Pump!                  | 3                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 15:45 | IntervalliSpin         | 17                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 16:45 | Pilates LS             | 11                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 17:45 | lisiSpin45*            | 11                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 18:30 | WholeWorks* LS         | 4                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Pe 10.04.2026 klo 15:00 | Spin45                 | 9                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Pe 10.04.2026 klo 16:00 | Pump! LS               | 14                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | La 11.04.2026 klo 12:45 | Spin                   | 17                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Su 12.04.2026 klo 18:45 | Spin45                 | 22                           | Täynnä (+0) |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Su 12.04.2026 klo 19:30 | Body* LS               | 4                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Su 12.04.2026 klo 20:00 | Venyttely45* LS        | 1                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 14:00 | NopsaNostatus!* LS     | 0                            | Täynnä (+0) |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 15:15 | IntervalliSpin         | 3                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 16:15 | Voima45* LS hlöstö     | 4                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 17:00 | Pump! LS               | 13                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 18:00 | Spin                   | 13                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 19:00 | Tabata LS              | 0                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 19:30 | Yin jooga* LS          | 6                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 16:15 | Vinyasa flow jooga LS  | 2                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 17:15 | Combat45 LS            | 3                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 18:00 | Pump! LS               | 17                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 19:00 | Spin                   | 12                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 08:00 | Spin                   | 6                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 17:30 | Latinos                | 4                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 18:30 | Body45                 | 5                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 15:45 | IntervalliSpin         | 22                           | Täynnä (+0) |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 16:45 | Pilates LS             | 9                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 17:45 | lisiSpin45*            | 10                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 18:30 | WholeWorks* LS         | 9                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | La 18.04.2026 klo 12:45 | Spin                   | 14                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Su 19.04.2026 klo 18:45 | Spin45                 | 18                           |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Su 19.04.2026 klo 19:30 | Body* LS               | 5                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Su 19.04.2026 klo 20:00 | Venyttely45* LS        | 4                            |             |
| TAMK             | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 14:00 | NopsaNostatus!* LS     | 0                            | Täynnä (+0) |

|          |                   |                         |                       |    |             |
|----------|-------------------|-------------------------|-----------------------|----|-------------|
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 15:15 | IntervalliSpin        | 3  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 16:15 | Voima45* LS hlöstö    | 1  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 17:00 | Pump! LS              | 12 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 18:00 | Spin                  | 15 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 19:00 | Tabata LS             | 2  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 19:30 | Yin jooga* LS         | 3  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 16:15 | Vinyasa flow jooga LS | 1  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 17:15 | Combat45 LS           | 6  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 18:00 | Pump! LS              | 20 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 19:00 | Spin                  | 14 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 08:00 | Spin                  | 8  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 17:30 | Latinos               | 0  | Peruttu     |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 18:30 | Body45                | 7  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 15:45 | IntervalliSpin        | 15 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 16:45 | Pilates LS            | 12 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 17:45 | lisiSpin45*           | 11 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 18:30 | WholeWorks* LS        | 2  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Pe 24.04.2026 klo 15:00 | Spin45                | 10 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Pe 24.04.2026 klo 16:00 | Pump! LS              | 13 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | La 25.04.2026 klo 12:45 | Spin                  | 6  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Su 26.04.2026 klo 18:45 | Spin45                | 17 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Su 26.04.2026 klo 19:30 | Body* LS              | 3  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Su 26.04.2026 klo 20:00 | Venyttely45* LS       | 4  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 14:00 | NopsaNostatus!* LS    | 0  | Täynnä (+0) |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 15:15 | IntervalliSpin        | 5  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 16:15 | Voima45* LS hlöstö    | 4  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 17:00 | Pump! LS              | 11 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 18:00 | Spin                  | 12 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 19:00 | Tabata LS             | 1  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 19:30 | Yin jooga* LS         | 1  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 16:15 | Vinyasa flow jooga LS | 5  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 17:15 | Combat45 LS           | 7  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 18:00 | Pump! LS              | 11 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 19:00 | Spin                  | 12 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 17:30 | Latinos               | 0  | Peruttu     |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 18:30 | Body45                | 0  | Peruttu     |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | La 02.05.2026 klo 12:45 | Spin                  | 4  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Su 03.05.2026 klo 18:45 | Spin45                | 15 |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Su 03.05.2026 klo 19:30 | Body* LS              | 3  |             |
| TAMK     | Ryhmäliikuntasali | Su 03.05.2026 klo 20:00 | Venyttely45* LS       | 1  |             |
| TAMK     | Muu/Muu tila 3    | To 02.04.2026 klo 18:30 | Pilates LS            | 0  | Peruttu     |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 09:00 | Pilates               | 24 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 15:00 | Hathajooga75*         | 14 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 16:15 | Barre                 | 22 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 17:15 | Puntti                | 21 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 18:15 | Balance*              | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 19:00 | Cardio45              | 5  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 10:15 | Puntti                | 16 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 15:00 | Niska-selkä*          | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 16:00 | Core*                 | 20 |             |

|          |                   |                         |                   |    |             |
|----------|-------------------|-------------------------|-------------------|----|-------------|
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 16:30 | Squat             | 13 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 17:00 | Pushup            | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 17:30 | Pilates45         | 17 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 18:15 | DanceChoreo       | 16 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 06.04.2026 klo 18:00 | Puntti            | 29 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 06.04.2026 klo 19:00 | Pilates           | 21 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 15:00 | Pilates           | 40 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 16:15 | Syke&Voima hlöstö | 13 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 17:15 | RVP               | 28 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 18:15 | Zumba®            | 45 | Täynnä (+0) |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 19:15 | Cardio&Strength   | 17 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 09:00 | Pilates           | 18 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 15:00 | Hathajooga75*     | 17 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 16:15 | Barre             | 20 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 17:15 | Puntti            | 25 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 18:15 | Balance45*        | 5  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 19:00 | Cardio45          | 0  | Peruttu     |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 10:15 | Puntti            | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 15:00 | Niska-selkä*      | 8  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 16:00 | Core*             | 30 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 16:30 | Squat             | 30 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 17:00 | Pushup            | 20 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 17:30 | Balance45*        | 4  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 18:15 | DanceChoreo       | 18 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 10.04.2026 klo 14:30 | Dance&Shine       | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 10.04.2026 klo 15:30 | Pilates hlöstö    | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 10.04.2026 klo 16:30 | Puntti            | 22 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 11.04.2026 klo 10:15 | Combat            | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 11.04.2026 klo 11:15 | RVP               | 21 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 11.04.2026 klo 12:15 | Venyttely*        | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Su 12.04.2026 klo 17:00 | WholeWorks*       | 15 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 15:00 | StepBody          | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 16:15 | Balance*          | 10 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 17:15 | Puntti            | 25 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 18:15 | Niska-selkä*      | 15 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 19:15 | Circuit*          | 27 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 15:00 | Pilates           | 26 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 16:15 | Syke&Voima hlöstö | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 17:15 | RVP               | 14 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 18:15 | Zumba®            | 42 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 19:15 | Cardio&Strength   | 11 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 09:00 | Pilates           | 14 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 15:00 | Balance*          | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 16:15 | Barre             | 8  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 17:15 | Puntti            | 19 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 18:15 | Venyttely45*      | 5  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 19:00 | Combat45          | 0  | Peruttu     |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 10:15 | Puntti            | 16 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 15:00 | Niska-selkä*      | 8  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 16:00 | Core*             | 22 |             |

|          |                   |                         |                   |    |             |
|----------|-------------------|-------------------------|-------------------|----|-------------|
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 16:30 | Squat             | 19 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 17:00 | Pushup            | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 17:30 | Pilates45         | 8  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 18:15 | DanceChoreo       | 11 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 17.04.2026 klo 14:30 | Dance&Shine       | 1  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 17.04.2026 klo 15:30 | Pilates hlöstö    | 2  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 17.04.2026 klo 16:30 | Puntti            | 19 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 18.04.2026 klo 10:15 | Combat            | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 18.04.2026 klo 11:15 | RVP               | 20 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 18.04.2026 klo 12:15 | Venyttely*        | 8  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Su 19.04.2026 klo 17:00 | WholeWorks*       | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 15:00 | StepBody          | 7  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 16:15 | Slow flow jooga   | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 17:15 | Puntti            | 30 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 18:15 | Niska-selkä*      | 13 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 19:15 | Circuit*          | 15 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 15:00 | Pilates           | 23 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 16:15 | Syke&Voima hlöstö | 10 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 17:15 | RVP               | 10 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 18:15 | Zumba®            | 45 | Täynnä (+0) |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 19:15 | Cardio&Strength   | 0  | Peruttu     |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 09:00 | Pilates           | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 15:00 | Balance*          | 8  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 16:15 | Barre             | 14 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 17:15 | Puntti            | 32 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 18:15 | Venyttely45*      | 3  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 19:00 | Cardio45          | 0  | Peruttu     |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 10:15 | Puntti            | 14 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 15:00 | Niska-selkä*      | 10 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 16:00 | Core*             | 14 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 16:30 | Squat             | 16 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 17:00 | Pushup            | 11 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 17:30 | Pilates45         | 8  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 18:15 | DanceChoreo       | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 24.04.2026 klo 14:30 | Dance&Shine       | 10 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 24.04.2026 klo 15:30 | Pilates hlöstö    | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Pe 24.04.2026 klo 16:30 | Puntti            | 13 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 25.04.2026 klo 10:15 | Combat            | 14 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 25.04.2026 klo 11:15 | RVP               | 18 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 25.04.2026 klo 12:15 | Venyttely*        | 6  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Su 26.04.2026 klo 17:00 | WholeWorks*       | 25 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 15:00 | StepBody          | 0  | Peruttu     |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 16:15 | Slow flow jooga   | 19 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 17:15 | Puntti            | 27 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 18:15 | Niska-selkä*      | 6  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 19:15 | Circuit*          | 22 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 15:00 | Pilates           | 16 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 16:15 | Syke&Voima hlöstö | 6  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 17:15 | RVP               | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 18:15 | Zumba®            | 40 |             |

|          |                   |                         |                       |    |             |
|----------|-------------------|-------------------------|-----------------------|----|-------------|
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 19:15 | Cardio&Strength       | 17 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 09:00 | Pilates               | 9  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 15:00 | Hathajooga75*         | 6  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 16:15 | Barre                 | 12 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 17:15 | Puntti                | 22 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 18:15 | Mobility              | 0  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 19:00 | Cardio45              | 0  | Peruttu     |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 02.05.2026 klo 10:15 | Combat                | 10 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 02.05.2026 klo 11:15 | RVP                   | 13 |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | La 02.05.2026 klo 12:15 | Venyttely*            | 3  |             |
| Keskusta | Ryhmäliikuntasali | Su 03.05.2026 klo 17:00 | WholeWorks*           | 21 |             |
| Keskusta | Venyttelysali     | To 02.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 7  |             |
| Keskusta | Venyttelysali     | Ti 07.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 10 | Täynnä (+0) |
| Keskusta | Venyttelysali     | To 09.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 10 | Täynnä (+0) |
| Keskusta | Venyttelysali     | Ti 14.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 10 | Täynnä (+2) |
| Keskusta | Venyttelysali     | To 16.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 10 | Täynnä (+0) |
| Keskusta | Venyttelysali     | Ti 21.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 10 | Täynnä (+0) |
| Keskusta | Venyttelysali     | To 23.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 9  |             |
| Keskusta | Venyttelysali     | Ti 28.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 10 | Täynnä (+5) |
| Keskusta | Venyttelysali     | To 30.04.2026 klo 07:15 | Crosstraining45       | 6  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 08:30 | Lempeä aamujooga*     | 6  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 16:15 | Pilates               | 12 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 17:15 | Squat                 | 13 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 17:45 | Pushup                | 17 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 18:15 | Core*                 | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 01.04.2026 klo 18:45 | Venyttely*            | 2  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 15:30 | Kehonhuolto45* hlöstö | 4  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 16:15 | WholeWorks*           | 6  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 17:15 | Venyttely45*          | 6  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 02.04.2026 klo 18:00 | Zumba®                | 9  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 15:00 | Pump!                 | 13 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 16:15 | Barre                 | 13 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 17:15 | Balance*              | 19 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 07.04.2026 klo 18:15 | DanceChoreo           | 10 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 08:30 | Lempeä aamujooga*     | 0  | Peruttu     |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 16:15 | Pilates               | 13 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 17:15 | Squat                 | 12 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 17:45 | Pushup                | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 18:15 | Core*                 | 16 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 08.04.2026 klo 18:45 | Venyttely*            | 9  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 15:30 | Kehonhuolto45* hlöstö | 4  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 16:15 | WholeWorks*           | 17 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 17:15 | Venyttely45*          | 11 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 09.04.2026 klo 18:00 | Zumba®                | 22 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Pe 10.04.2026 klo 15:00 | Pump!                 | 22 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Su 12.04.2026 klo 18:00 | Pump!                 | 16 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 15:00 | Pilates               | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 16:00 | Lempeä jooga*         | 6  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 17:00 | Tabata                | 8  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 17:30 | Mobility              | 4  |             |

|          |                   |                         |                       |    |             |
|----------|-------------------|-------------------------|-----------------------|----|-------------|
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 18:00 | Combat                | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 13.04.2026 klo 19:00 | Pump!                 | 24 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 15:00 | Pump!                 | 9  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 16:15 | Barre                 | 10 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 17:15 | Balance*              | 19 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 14.04.2026 klo 18:15 | DanceChoreo           | 8  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 08:30 | Lempeä aamujooga*     | 0  | Peruttu     |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 16:15 | Pilates               | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 17:15 | Squat                 | 15 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 17:45 | Pushup                | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 18:15 | Core*                 | 12 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 15.04.2026 klo 18:45 | Venyttely*            | 5  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 15:30 | Kehonhuolto45* hlöstö | 3  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 16:15 | WholeWorks*           | 10 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 17:15 | Venyttely45*          | 5  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 16.04.2026 klo 18:00 | Zumba®                | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Pe 17.04.2026 klo 15:00 | Pump!                 | 20 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Su 19.04.2026 klo 18:00 | Pump!                 | 17 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 15:00 | Pilates               | 11 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 16:00 | Yin jooga*            | 3  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 17:00 | Tabata                | 9  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 17:30 | Mobility              | 4  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 18:00 | Combat                | 11 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 20.04.2026 klo 19:00 | Pump!                 | 19 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 15:00 | Pump!                 | 9  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 16:15 | Barre                 | 10 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 17:15 | Balance*              | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 21.04.2026 klo 18:15 | DanceChoreo           | 4  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 08:30 | Lempeä aamujooga*     | 1  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 16:15 | Pilates               | 18 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 17:15 | Squat                 | 16 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 17:45 | Pushup                | 16 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 18:15 | Core*                 | 15 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 22.04.2026 klo 18:45 | Venyttely*            | 7  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 15:30 | Kehonhuolto45* hlöstö | 4  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 16:15 | WholeWorks*           | 6  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 17:15 | Venyttely45*          | 3  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | To 23.04.2026 klo 18:00 | Zumba®                | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Pe 24.04.2026 klo 15:00 | Pump!                 | 19 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Su 26.04.2026 klo 18:00 | Pump!                 | 19 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ma 27.04.2026 klo 15:30 | Wappu-Bic             | 0  | Täynnä (+0) |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 15:00 | Pump!                 | 12 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 16:15 | Barre                 | 7  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 17:15 | Balance*              | 15 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ti 28.04.2026 klo 18:15 | DanceChoreo           | 6  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 08:30 | Lempeä aamujooga*     | 1  |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 16:15 | Pilates               | 13 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 17:15 | Squat                 | 14 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 17:45 | Pushup                | 17 |             |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 18:15 | Core*                 | 19 |             |

|          |                   |                         |            |    |
|----------|-------------------|-------------------------|------------|----|
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Ke 29.04.2026 klo 18:45 | Venyttely* | 11 |
| Hervanta | Ryhmäliikuntasali | Su 03.05.2026 klo 18:00 | Pump!      | 22 |