

Kampus Campus	Tila Place	Aika Time	Tunti Class	Osallistujia Participants	Info
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 01.08.2023 klo 17:00	Spin	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 01.08.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 01.08.2023 klo 19:00	Hathajooga75* LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 08:00	Spin	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 16:15	SportUniBody LS	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 17:30	Pump! LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 03.08.2023 klo 08:00	Aamujooga* LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 03.08.2023 klo 16:00	RVP LS	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 03.08.2023 klo 17:00	FasciaMethod* LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 04.08.2023 klo 15:00	IntervalliSpin	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 05.08.2023 klo 10:00	Spin	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 07.08.2023 klo 16:00	Pilates LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 07.08.2023 klo 17:15	Pump! LS	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 07.08.2023 klo 18:15	Power jooga LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 17:00	Spin	19	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 19:00	Hathajooga75* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 08:00	Spin	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 16:15	SportUniBody LS	0	Peruttu
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 17:30	Pump! LS	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 10.08.2023 klo 08:00	Aamujooga* LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 10.08.2023 klo 16:00	RVP LS	0	Peruttu
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 10.08.2023 klo 17:00	Pilates LS	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 11.08.2023 klo 15:00	IntervalliSpin	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 12.08.2023 klo 10:00	Spin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 14.08.2023 klo 16:00	Pilates LS	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 14.08.2023 klo 17:15	Pump! LS	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 14.08.2023 klo 18:15	Power jooga LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 17:00	Spin	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 19:00	Hathajooga75* LS	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 08:00	Spin	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 16:15	SportUniBody LS	0	Peruttu
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 17:30	Pump! LS	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 17.08.2023 klo 08:00	Aamujooga* LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 17.08.2023 klo 16:00	RVP LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 17.08.2023 klo 17:00	FasciaMethod* LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 18.08.2023 klo 15:00	IntervalliSpin	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 19.08.2023 klo 10:00	Spin	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 21.08.2023 klo 16:00	Pilates LS	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 21.08.2023 klo 17:15	Pump! LS	22	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 21.08.2023 klo 18:15	Power jooga LS	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 17:00	Spin	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	0	Peruttu
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 19:00	Hathajooga75* LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 08:00	Spin	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 16:15	SportUniBody LS	2	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 17:30	Pump! LS	5	

TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 24.08.2023 klo 08:00	Aamujooga* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 24.08.2023 klo 16:00	RVP LS	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 24.08.2023 klo 17:00	FasciaMethod* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 25.08.2023 klo 15:00	IntervalliSpin	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	La 26.08.2023 klo 10:00	Spin	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 01.08.2023 klo 11:15	Circuit45*	4	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 01.08.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	7	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 01.08.2023 klo 17:15	Puntti	5	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 01.08.2023 klo 18:15	Zumba®	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 18:00	RVP	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 19:00	Niska-selkä*	7	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 03.08.2023 klo 18:30	Puntti	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 04.08.2023 klo 14:00	WholeWorks*	7	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 04.08.2023 klo 15:00	Pilates	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 06.08.2023 klo 18:30	WholeWorks*	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 07.08.2023 klo 17:00	Slow flow jooga	5	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 07.08.2023 klo 18:00	Circuit*	1	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 07.08.2023 klo 19:00	Venyttely*	1	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 11:15	Circuit45*	4	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	6	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 17:15	Puntti	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 18:15	Core*	4	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 18:00	RVP	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 19:00	Niska-selkä*	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 10.08.2023 klo 16:00	Zumba®Step45	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 10.08.2023 klo 18:30	Puntti	6	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 11.08.2023 klo 14:00	WholeWorks*	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 11.08.2023 klo 15:00	Pilates	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 13.08.2023 klo 18:30	WholeWorks*	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 14.08.2023 klo 17:00	Slow flow jooga	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 14.08.2023 klo 18:00	Circuit*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 14.08.2023 klo 19:00	Venyttely*	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 11:15	Circuit45*	2	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 17:15	Puntti	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 18:15	Zumba®	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 18:00	RVP	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 19:00	Niska-selkä*	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 17.08.2023 klo 16:00	Zumba®Step45	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 17.08.2023 klo 18:30	Puntti	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 18.08.2023 klo 14:00	WholeWorks*	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 18.08.2023 klo 15:00	Pilates	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 20.08.2023 klo 18:30	WholeWorks*	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 21.08.2023 klo 17:00	Slow flow jooga	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 21.08.2023 klo 18:00	Circuit*	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 21.08.2023 klo 19:00	Venyttely*	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 11:15	Circuit45*	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 17:15	Puntti	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 18:15	Zumba®	33	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 18:00	RVP	22
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 19:00	Niska-selkä*	18
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 24.08.2023 klo 16:00	Zumba®Step45	17
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 24.08.2023 klo 18:30	Puntti	13
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 25.08.2023 klo 14:00	WholeWorks*	10
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 25.08.2023 klo 15:00	Pilates	18
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 27.08.2023 klo 18:30	WholeWorks*	12
Keskusta	Venyttelysali	To 10.08.2023 klo 07:30	Crosstraining45	2
Keskusta	Venyttelysali	To 17.08.2023 klo 07:30	Crosstraining45	4
Keskusta	Venyttelysali	To 24.08.2023 klo 07:30	Crosstraining45	4
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 10:00	Pilates	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 17:00	Squat	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 17:30	Pushup	12
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 18:00	Core*	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 02.08.2023 klo 18:30	Venyttely*	10
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 03.08.2023 klo 15:30	YinYang jooga*	13
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 03.08.2023 klo 16:30	Pump!	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 03.08.2023 klo 18:30	Zumba®	15
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 07.08.2023 klo 17:30	Combat	8
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 07.08.2023 klo 18:30	Pump!	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 15:00	Kehonhuolto* hlöstö	2
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 08.08.2023 klo 16:00	Zumba®	12
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 10:00	Pilates	10
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 17:00	Squat	14
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 17:30	Pushup	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 18:00	Core*	22
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 09.08.2023 klo 18:30	Venyttely*	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 10.08.2023 klo 15:30	Balance*	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 10.08.2023 klo 16:30	Pump!	9
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 10.08.2023 klo 18:30	Attack	5
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 14.08.2023 klo 17:30	Combat	18
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 14.08.2023 klo 18:30	Pump!	22
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 15:00	Kehonhuolto* hlöstö	3
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 15.08.2023 klo 16:00	Zumba®	12
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 10:00	Pilates	8
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 17:00	Squat	18
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 17:30	Pushup	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 18:00	Core*	22
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 16.08.2023 klo 18:30	Venyttely*	18
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 17.08.2023 klo 15:30	YinYang jooga*	8
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 17.08.2023 klo 16:30	Pump!	7
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 17.08.2023 klo 18:30	Zumba®	10
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 21.08.2023 klo 17:30	Combat	11
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 21.08.2023 klo 18:30	Pump!	17
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 15:00	Kehonhuolto* hlöstö	2
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 22.08.2023 klo 16:00	Zumba®	11
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 10:00	Pilates	2
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 17:00	Squat	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 17:30	Pushup	23
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 18:00	Core*	24

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 23.08.2023 klo 18:30	Venyttely*	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 24.08.2023 klo 15:30	YinYang jooga*	10
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 24.08.2023 klo 16:30	Pump!	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 24.08.2023 klo 18:30	Zumba®	5

