

Kampus Campus	Tila Place	Aika Time	Tunti Class	Osallistujia Participants	Info
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 01.10.2023 klo 18:30	Spin	19	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 16:00	SportUniBody* LS hlöstö	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 17:00	Spin	19	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 10:30	Niska-selkä45* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 16:00	IntervalliSpin	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 17:00	Pump! LS	25	Täynnä (+1)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 18:00	Power jooga LS	25	Täynnä (+2)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 08:00	Spin	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 17:00	EasyLatin	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 18:00	Pump!	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 16:00	Pilates LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 17:30	IntervalliSpin	19	Täynnä (+2)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 18:30	Venyttely* LS	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.10.2023 klo 15:00	Spin	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.10.2023 klo 16:00	Pump! LS	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 08.10.2023 klo 18:30	Spin	19	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 16:00	SportUniBody* LS hlöstö	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 17:00	Spin	19	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 10:30	Niska-selkä45* LS	0	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 16:00	IntervalliSpin	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 17:00	Pump! LS	25	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 18:00	Venyttely* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 08:00	Spin	19	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 17:00	EasyLatin	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 18:00	Pump!	20	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 16:00	Pilates LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 17:30	IntervalliSpin	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 18:30	Yin jooga* LS	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.10.2023 klo 15:00	Spin	19	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.10.2023 klo 16:00	Pump! LS	20	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 15.10.2023 klo 18:30	Spin	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 16:00	SportUniBody* LS hlöstö	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 17:00	Spin	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 16:00	IntervalliSpin	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 17:00	Pump! LS	24	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 18:00	Balance* LS	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 18:00	Pump!	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 19.10.2023 klo 16:00	Pilates LS	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 19.10.2023 klo 17:30	IntervalliSpin	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 19.10.2023 klo 18:30	Yin jooga* LS	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.10.2023 klo 15:00	Spin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.10.2023 klo 16:00	Pump! LS	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 22.10.2023 klo 18:30	Spin	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 16:00	SportUniBody* LS hlöstö	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 17:00	Spin	19	Täynnä (+0)

TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 10:30	Niska-selkä45* LS	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 16:00	IntervalliSpin	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 17:00	Pump! LS	25	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 18:00	Power jooga LS	25	Täynnä (+4)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 08:00	Spin	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 17:00	EasyLatin	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 18:00	Pump!	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 16:00	Pilates LS	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 17:30	IntervalliSpin	19	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 18:30	Yin jooga* LS	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.10.2023 klo 15:00	Spin	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.10.2023 klo 16:00	Pump! LS	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 29.10.2023 klo 18:30	Spin	19	Täynnä (+1)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 16:00	SportUniBody* LS hlöstö	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 17:00	Spin	19	Täynnä (+5)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 18:00	WholeWorks* LS	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 10:30	Niska-selkä45* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 16:00	IntervalliSpin	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 17:00	Pump! LS	25	Täynnä (+0)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 18:00	Flow jooga LS	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 01.10.2023 klo 17:00	WholeWorks*	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 15:00	SportUniBody	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 16:30	Slow flow jooga	45	Täynnä (+1)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 17:30	Puntti	34	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 18:30	Step	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 19:00	Core*	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 19:30	Putkirullaus45*	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 15:00	Pilates	33	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 17:15	RVP	33	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 18:15	Zumba®	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 19:15	FitBox	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 14:45	Hathajooga75*	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 16:00	AeroBody	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 17:00	Niska-selkä*	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 18:00	Circuit*	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 19:00	DanceChoreo	45	Täynnä (+1)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 11:15	Circuit45*	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 16:00	Zumba®Step45	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 17:00	RVP	33	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 18:00	Venyttely*	26	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.10.2023 klo 14:30	Dance&Shine	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.10.2023 klo 15:30	Pilates hlöstö	7	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.10.2023 klo 16:30	Puntti	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.10.2023 klo 10:15	Combat	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.10.2023 klo 11:15	RVP	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 07.10.2023 klo 12:15	Venyttely*	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 08.10.2023 klo 17:00	SportUniBody	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 15:00	SportUniBody	10	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 16:30	Slow flow jooga	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 17:30	Puntti	37	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 18:30	Step	34	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 19:00	Core*	39	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 19:30	Putkirullaus45*	39	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 15:00	Pilates	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 17:15	RVP	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 18:15	Zumba®	45	Täynnä (+2)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 19:15	FitBox	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 14:45	Kehonhuolto*	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 16:00	AeroBody	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 17:00	Niska-selkä*	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 18:00	Circuit*	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 19:00	DanceChoreo	40	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 11:15	Circuit45*	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 16:00	Zumba®Step45	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 17:00	RVP	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 18:00	Venyttely*	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.10.2023 klo 14:30	Dance&Shine	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.10.2023 klo 15:30	Pilates hlöstö	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.10.2023 klo 16:30	Puntti	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.10.2023 klo 10:15	Combat	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.10.2023 klo 11:15	RVP	26	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 14.10.2023 klo 12:15	Venyttely*	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 15.10.2023 klo 17:00	WholeWorks*	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 15:00	SportUniBody	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 16:30	Flow jooga	45	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 15:00	Pilates	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 17:15	RVP	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 18:15	Zumba®	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 19:15	FitBox	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 14:45	Hathajooga75*	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 17:00	Niska-selkä*	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 18:00	Circuit*	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 19:00	Dance&Shine	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.10.2023 klo 11:15	Circuit45*	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.10.2023 klo 17:00	RVP	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 19.10.2023 klo 18:00	Venyttely*	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.10.2023 klo 14:30	Dance&Shine	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.10.2023 klo 15:30	Pilates hlöstö	4	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 20.10.2023 klo 16:30	Puntti	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 21.10.2023 klo 10:15	Combat	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 21.10.2023 klo 11:15	RVP	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 21.10.2023 klo 12:15	Venyttely*	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 22.10.2023 klo 17:00	WholeWorks*	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 15:00	SportUniBody	1	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 16:30	Flow jooga	41	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 17:30	Puntti	19	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 18:30	Step	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 19:00	Core*	35	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 19:30	Putkirullaus45*	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 15:00	Pilates	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 17:15	RVP	38	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 18:15	Zumba®	45	Täynnä (+0)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 19:15	FitBox	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 14:45	Hathajooga75*	20	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 16:00	AeroBody	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 17:00	Niska-selkä*	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 18:00	Circuit*	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 19:00	Kehonhuolto*	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 11:15	Circuit45*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 16:00	Zumba®Step45	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 17:00	RVP	39	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 18:00	Venyttely*	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.10.2023 klo 14:30	Dance&Shine	21	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.10.2023 klo 15:30	Pilates hlöstö	5	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.10.2023 klo 16:30	Puntti	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.10.2023 klo 10:15	Combat	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.10.2023 klo 11:15	RVP	27	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	La 28.10.2023 klo 12:15	Venyttely*	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Su 29.10.2023 klo 17:00	WholeWorks*	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 15:00	SportUniBody	5	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 16:30	Slow flow jooga	45	Täynnä (+2)
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 17:30	Puntti	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 18:30	Step	26	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 19:00	Core*	29	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 19:30	Putkirullaus45*	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 15:00	Pilates	28	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 17:15	RVP	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 18:15	Zumba®	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 19:15	FitBox	11	
Keskusta	Venyttelysali	Ma 02.10.2023 klo 10:15	TRX 45	5	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 03.10.2023 klo 07:15	Crosstraining45	7	
Keskusta	Venyttelysali	Ma 09.10.2023 klo 10:15	TRX 45	7	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 10.10.2023 klo 07:15	Crosstraining45	8	Täynnä (+2)
Keskusta	Venyttelysali	Ma 16.10.2023 klo 10:15	TRX 45	9	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 17.10.2023 klo 07:15	Crosstraining45	5	
Keskusta	Venyttelysali	Ma 23.10.2023 klo 10:15	TRX 45	0	Peruttu
Keskusta	Venyttelysali	Ti 24.10.2023 klo 07:15	Crosstraining45	5	
Keskusta	Venyttelysali	Ma 30.10.2023 klo 10:15	TRX 45	0	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 31.10.2023 klo 07:15	Crosstraining45	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 01.10.2023 klo 17:30	Pump!	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 15:45	Kehonhuolto*	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 16:45	Balance*	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 17:45	Combat	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 02.10.2023 klo 18:45	Pump!	28	

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 10:00	Pump!	6	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 16:00	Zumba®	27	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 03.10.2023 klo 17:00	RVP	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 08:15	Balance*	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 16:00	Step	9	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 16:30	Squat	21	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 17:00	Pushup	26	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 17:30	Core*	28	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 18:00	Venyttely*	32	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 04.10.2023 klo 18:30	Putkirullaus*	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	9	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 16:30	Pump!	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 05.10.2023 klo 17:30	Flow jooga	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 06.10.2023 klo 15:00	Lempeä jooga*	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 07.10.2023 klo 10:30	Step	7	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 07.10.2023 klo 11:15	Venyttely45*	9	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 08.10.2023 klo 17:30	Pump!	20	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 15:45	Pilates	41	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 16:45	Flow jooga	26	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 17:45	Combat	27	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 09.10.2023 klo 18:45	Pump!	38	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 10:00	Pump!	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 16:00	Zumba®	26	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 10.10.2023 klo 17:00	RVP	20	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 08:15	Aamujooga75*	9	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 16:00	Step	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 16:30	Squat	28	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 17:00	Pushup	31	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 17:30	Core*	38	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 18:00	Venyttely*	30	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 11.10.2023 klo 18:30	Putkirullaus*	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 16:30	Pump!	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 12.10.2023 klo 17:30	Zumba®	33	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 13.10.2023 klo 15:00	Lempeä jooga*	27	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 14.10.2023 klo 10:30	Step	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 14.10.2023 klo 11:15	Venyttely45*	13	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 15.10.2023 klo 17:30	Pump!	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 15:45	Pilates	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 16:45	Balance*	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 17:45	Combat	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 16.10.2023 klo 18:45	Pump!	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 17.10.2023 klo 10:00	Pump!	6	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 08:15	Aamujooga75*	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 16:00	Step	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 16:30	Squat	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 17:00	Pushup	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 17:30	Core*	27	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 18:00	Venyttely*	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 18.10.2023 klo 18:30	Putkirullaus*	10	

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 19.10.2023 klo 16:30	Pump!	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 19.10.2023 klo 17:30	Zumba®	30	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 21.10.2023 klo 10:30	Combat45	5	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 21.10.2023 klo 11:15	Venyttely45*	6	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 22.10.2023 klo 17:30	Pump!	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 15:45	Pilates	33	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 16:45	Balance*	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 17:45	Combat	19	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 23.10.2023 klo 18:45	Pump!	37	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 10:00	Pump!	1	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 16:00	Zumba®	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 24.10.2023 klo 17:00	RVP	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 08:15	Aamujooga75*	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 16:00	Step	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 16:30	Squat	21	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 17:00	Pushup	34	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 17:30	Core*	37	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 18:00	Venyttely*	34	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 25.10.2023 klo 18:30	Putkirullaus*	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 15:30	Kehonhuolto45* hlöstö	5	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 16:30	Pump!	18	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 26.10.2023 klo 17:30	Zumba®	22	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 27.10.2023 klo 15:00	Lempeä jooga*	21	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 28.10.2023 klo 10:30	Combat45	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 28.10.2023 klo 11:15	Venyttely45*	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Su 29.10.2023 klo 17:30	Pump!	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 15:45	Pilates	36	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 16:45	Flow jooga	28	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 17:45	Combat	18	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 30.10.2023 klo 18:45	Pump!	43	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 10:00	Pump!	7	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 16:00	Zumba®	28	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 31.10.2023 klo 17:00	RVP	26	
Hervanta	Palloiluhallin kuntosali	Ti 03.10.2023 klo 15:00	Sweat* hlöstö	10	
Hervanta	Palloiluhallin kuntosali	Ti 10.10.2023 klo 15:00	Sweat* hlöstö	7	
Hervanta	Palloiluhallin kuntosali	Ti 24.10.2023 klo 15:00	Sweat* hlöstö	4	
Hervanta	Palloiluhallin kuntosali	Ti 31.10.2023 klo 15:00	Sweat* hlöstö	2	

