

Kampus Campus	Tila Place	Aika Time	Tunti Class	Osallistujia Participants	Info
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 16:15	RVP LS	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 18:00	Spin&Body75	15	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 09:00	Spin	0	Peruttu
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 10:00	Circuit*	3	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 16:30	Hathajooga75*	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 17:45	Barre	23	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 08.05.2024 klo 17:00	Spin	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 08.05.2024 klo 18:00	Pump!	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 10.05.2024 klo 16:00	Pump!	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 12.05.2024 klo 17:30	Spin	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 16:15	RVP LS	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 18:00	Spin&Body75	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 14.05.2024 klo 09:00	Spin	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 14.05.2024 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 14.05.2024 klo 16:30	Hathajooga75*	0	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 14.05.2024 klo 17:45	Barre	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 15.05.2024 klo 17:00	Spin	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 15.05.2024 klo 18:00	Pump!	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 16.05.2024 klo 17:30	IntervalliSpin	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 16.05.2024 klo 18:30	Pilates LS	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 17.05.2024 klo 16:00	Pump!	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 19.05.2024 klo 17:30	Spin	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 20.05.2024 klo 16:15	RVP LS	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 20.05.2024 klo 18:00	Spin&Body75	17	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 21.05.2024 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 21.05.2024 klo 16:30	Hathajooga75*	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 21.05.2024 klo 17:45	Barre	25	Täynnä (+3)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 22.05.2024 klo 17:00	Spin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 22.05.2024 klo 18:00	Pump!	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 23.05.2024 klo 17:30	IntervalliSpin	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 23.05.2024 klo 18:30	Pilates LS	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 24.05.2024 klo 16:00	Pump!	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 26.05.2024 klo 17:30	Spin	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 27.05.2024 klo 16:15	RVP LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 27.05.2024 klo 18:00	Spin&Body75	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 28.05.2024 klo 09:00	Terassi Spin	16	Täynnä (+2)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 28.05.2024 klo 14:00	NopsaNostatus!* LS	0	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 28.05.2024 klo 16:30	Hathajooga75*	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 28.05.2024 klo 17:45	Barre	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 29.05.2024 klo 09:00	Pastorin taivaallinen spin - Suvivirsi reisille	5	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 29.05.2024 klo 17:00	Spin	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 29.05.2024 klo 18:00	Pump!	12	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 30.05.2024 klo 17:30	IntervalliSpin	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 30.05.2024 klo 18:30	Pilates LS	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 31.05.2024 klo 16:00	Pump!	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 17:15	Combat45	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 18:00	Puntti	30	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 19:00	Slow flow jooga	36	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 17:15	RVP	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 08.05.2024 klo 09:00	Pilates	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 08.05.2024 klo 19:00	Zumba®	32	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 10.05.2024 klo 14:00	WholeWorks*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 10.05.2024 klo 15:00	Pilates	24	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 17:15	Combat45	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 18:00	Puntti	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 19:00	Slow flow jooga	34	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 14.05.2024 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	7	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 14.05.2024 klo 17:15	RVP	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 15.05.2024 klo 09:00	Pilates	17	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 15.05.2024 klo 19:00	Zumba®	25	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 07.05.2024 klo 07:15	Crosstraining45	3	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 14.05.2024 klo 07:15	Crosstraining45	5	
Keskusta	Venyttelysali	Pe 17.05.2024 klo 14:00	WholeWorks*	10	Täynnä (+0)
Keskusta	Venyttelysali	Pe 17.05.2024 klo 15:00	Pilates	10	Täynnä (+2)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 21.05.2024 klo 07:15	Crosstraining45	7	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 21.05.2024 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	6	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 21.05.2024 klo 17:15	RVP	7	
Keskusta	Venyttelysali	Ke 22.05.2024 klo 09:00	Pilates	10	Täynnä (+3)
Keskusta	Venyttelysali	Pe 24.05.2024 klo 14:00	WholeWorks*	7	
Keskusta	Venyttelysali	Pe 24.05.2024 klo 15:00	Pilates	10	Täynnä (+4)
Keskusta	Venyttelysali	Ma 27.05.2024 klo 19:00	Slow flow jooga	10	Täynnä (+3)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 28.05.2024 klo 07:15	Crosstraining45	8	Täynnä (+0)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 28.05.2024 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	7	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 28.05.2024 klo 17:15	RVP	10	Täynnä (+0)
Keskusta	Venyttelysali	Ke 29.05.2024 klo 09:00	Pilates	10	Täynnä (+4)
Keskusta	Venyttelysali	Pe 31.05.2024 klo 14:00	WholeWorks*	9	
Keskusta	Venyttelysali	Pe 31.05.2024 klo 15:00	Pilates	10	Täynnä (+3)
Keskusta	Ulkokuntosali	Ke 08.05.2024 klo 15:00	Ulkokuntosali treeni	5	
Keskusta	Ulkokuntosali	Su 12.05.2024 klo 18:30	Kahvakuula	2	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 16.05.2024 klo 10:15	Circuit45*	6	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 16.05.2024 klo 16:15	Niska-selkä*	6	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 16.05.2024 klo 17:15	Puntti	10	Täynnä (+1)
Keskusta	Ulkokuntosali	Su 19.05.2024 klo 18:30	Kahvakuula	9	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ma 20.05.2024 klo 17:15	Combat45	4	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ma 20.05.2024 klo 18:00	Puntti	7	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ma 20.05.2024 klo 19:00	Slow flow jooga	9	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ke 22.05.2024 klo 19:00	Zumba®	22	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 23.05.2024 klo 10:15	Circuit45*	9	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 23.05.2024 klo 16:15	Niska-selkä*	5	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 23.05.2024 klo 17:15	Puntti	9	
Keskusta	Ulkokuntosali	Su 26.05.2024 klo 18:30	Kahvakuula	7	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ma 27.05.2024 klo 17:15	Combat45	7	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ma 27.05.2024 klo 18:00	Puntti	9	
Keskusta	Ulkokuntosali	Ke 29.05.2024 klo 19:00	Zumba®	18	
Keskusta	Ulkokuntosali	To 30.05.2024 klo 10:15	Circuit45*	10	Täynnä (+0)
Keskusta	Ulkokuntosali	To 30.05.2024 klo 16:15	Niska-selkä*	2	

Keskusta	Ulkokuntosali	To 30.05.2024 klo 17:15	Punntti	7	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 14:30	Pilates	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 15:30	Lempeä jooga*	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 18:00	Combat	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 06.05.2024 klo 19:00	Pump!	19	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 16:00	Zumba®	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 07.05.2024 klo 17:00	RVP	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 08.05.2024 klo 16:30	Squat	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 08.05.2024 klo 17:00	Pushup	19	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 08.05.2024 klo 17:30	Core*	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 08.05.2024 klo 18:00	Venyttely45*	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 10.05.2024 klo 15:00	WholeWorks*	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 11.05.2024 klo 10:30	EuroviisuPump!	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 14:30	Pilates	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 15:30	Venyttely*	13	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 18:00	Combat	13	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 13.05.2024 klo 19:00	Pump!	21	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 14.05.2024 klo 16:00	Zumba®	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 14.05.2024 klo 17:00	RVP	4	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 15.05.2024 klo 16:30	Squat	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 15.05.2024 klo 17:00	Pushup	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 15.05.2024 klo 17:30	Core*	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 15.05.2024 klo 18:00	Venyttely45*	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 16.05.2024 klo 18:30	Zumba®	24	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 17.05.2024 klo 15:00	WholeWorks*	9	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 18.05.2024 klo 10:30	Pump!	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 20.05.2024 klo 14:30	Pilates	20	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 20.05.2024 klo 15:30	Lempeä jooga*	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 20.05.2024 klo 18:00	Combat	13	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 20.05.2024 klo 19:00	Pump!	25	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 21.05.2024 klo 16:00	Zumba®	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 21.05.2024 klo 17:00	RVP	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 22.05.2024 klo 16:30	Squat	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 22.05.2024 klo 17:00	Pushup	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 22.05.2024 klo 17:30	Core*	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 22.05.2024 klo 18:00	Venyttely45*	0	Peruttu
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 23.05.2024 klo 18:30	Zumba®	18	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Pe 24.05.2024 klo 15:00	Pump!	7	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 25.05.2024 klo 10:30	Pump!	18	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 27.05.2024 klo 14:30	Pilates	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 27.05.2024 klo 15:30	Lempeä jooga*	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 27.05.2024 klo 18:00	Combat	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 27.05.2024 klo 19:00	Pump!	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 28.05.2024 klo 16:00	Zumba®	23	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ti 28.05.2024 klo 17:00	RVP	8	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 29.05.2024 klo 16:30	Squat	9	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 29.05.2024 klo 17:00	Pushup	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 29.05.2024 klo 17:30	Core*	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 29.05.2024 klo 18:00	Venyttely45*	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 30.05.2024 klo 18:30	Zumba®	22	

