

Kampus Campus	Tila Place	Aika Time	Tunti Class	Osallistujia Participants	Info
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 02.08.2024 klo 16:00	Pump!	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 04.08.2024 klo 17:30	Spin	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 16:15	RVP LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 18:00	Spin&Body75	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 06.08.2024 klo 17:45	Barre	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 06.08.2024 klo 18:45	Hathajooga75*	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.08.2024 klo 17:00	Spin	14	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.08.2024 klo 18:00	Pump!	9	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 08.08.2024 klo 17:30	IntervalliSpin	7	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 08.08.2024 klo 18:30	Pilates LS	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.08.2024 klo 16:00	Pump!	8	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 11.08.2024 klo 17:30	Spin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 16:15	RVP LS	1	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 18:00	Spin&Body75	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.08.2024 klo 17:45	Barre	23	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.08.2024 klo 18:45	Hathajooga75*	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.08.2024 klo 17:00	Spin	13	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.08.2024 klo 18:00	Pump!	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 15.08.2024 klo 17:30	IntervalliSpin	22	Täynnä (+1)
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 15.08.2024 klo 18:30	Pilates LS	21	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.08.2024 klo 16:00	Pump!	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 18.08.2024 klo 17:30	Spin	10	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 16:15	WholeWorks* LS	4	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 18:00	Spin&Body75	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.08.2024 klo 18:45	Hathajooga75*	18	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.08.2024 klo 17:00	Spin	11	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.08.2024 klo 18:00	Pump!	19	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 22.08.2024 klo 17:30	IntervalliSpin	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	To 22.08.2024 klo 18:30	Pilates LS	16	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Pe 23.08.2024 klo 16:00	Pump!	6	
TAMK	Ryhmäliikuntasali	Su 25.08.2024 klo 17:30	Spin	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 01.08.2024 klo 16:15	Niska-selkä*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 01.08.2024 klo 17:15	Puntti	6	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 17:00	Circuit*	0	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 18:00	Puntti	13	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 19:00	Balance*	15	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 06.08.2024 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 06.08.2024 klo 17:15	RVP	0	Peruttu
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.08.2024 klo 09:00	Pilates	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.08.2024 klo 19:00	Zumba®	7	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.08.2024 klo 10:15	Circuit45*	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.08.2024 klo 16:15	Niska-selkä*	7	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 08.08.2024 klo 17:15	Puntti	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.08.2024 klo 14:00	WholeWorks*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 09.08.2024 klo 15:00	Pilates	14	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 17:00	Circuit*	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 18:00	Puntti	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 19:00	Slow flow jooga	25	

Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.08.2024 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	8	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 13.08.2024 klo 17:15	RVP	18	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.08.2024 klo 09:00	Pilates	23	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.08.2024 klo 19:00	Zumba®	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.08.2024 klo 10:15	Circuit45*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.08.2024 klo 16:15	Niska-selkä*	6	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 15.08.2024 klo 17:15	Puntti	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.08.2024 klo 14:00	WholeWorks*	4	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 16.08.2024 klo 15:00	Pilates	22	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 17:00	Circuit*	6	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 18:00	Puntti	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 19:00	Balance*	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.08.2024 klo 16:15	SportUniBody* hlöstö	11	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ti 20.08.2024 klo 17:15	RVP	19	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.08.2024 klo 09:00	Pilates	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.08.2024 klo 19:00	Zumba®	25	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.08.2024 klo 10:15	Circuit45*	12	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.08.2024 klo 16:15	Niska-selkä*	16	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	To 22.08.2024 klo 17:15	Puntti	10	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 23.08.2024 klo 14:00	WholeWorks*	9	
Keskusta	Ryhmäliikuntasali	Pe 23.08.2024 klo 15:00	Pilates	27	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 06.08.2024 klo 07:15	Crosstraining45	8	Täynnä (+0)
Keskusta	Venyttelysali	Ti 13.08.2024 klo 07:15	Crosstraining45	4	
Keskusta	Venyttelysali	Ti 20.08.2024 klo 07:15	Crosstraining45	2	
Keskusta	Ulkokuntosali	Su 11.08.2024 klo 18:30	Kahvakuula	3	
Keskusta	Ulkokuntosali	Su 18.08.2024 klo 18:30	Kahvakuula	9	
Keskusta	Ulkokuntosali	Su 25.08.2024 klo 18:30	Kahvakuula	5	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 01.08.2024 klo 18:30	Zumba®	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 03.08.2024 klo 10:30	Pump!	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 14:30	Pilates	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 15:30	Lempeä jooga*	12	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 18:00	Combat	18	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 05.08.2024 klo 19:00	Pump!	19	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.08.2024 klo 16:30	Squat	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.08.2024 klo 17:00	Pushup	13	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.08.2024 klo 17:30	Core*	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 07.08.2024 klo 18:00	Venyttely45*	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 08.08.2024 klo 18:30	Zumba®	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 10.08.2024 klo 10:30	Pump!	20	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 14:30	Pilates	19	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 15:30	Lempeä jooga*	14	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 18:00	Combat	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 12.08.2024 klo 19:00	Pump!	26	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.08.2024 klo 16:30	Squat	13	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.08.2024 klo 17:00	Pushup	15	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.08.2024 klo 17:30	Core*	16	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 14.08.2024 klo 18:00	Venyttely45*	11	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 15.08.2024 klo 18:30	Zumba®	10	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 17.08.2024 klo 10:30	Pump!	17	
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 14:30	Pilates	16	

Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 15:30	Lempeä jooga*	16
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 18:00	Combat	19
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ma 19.08.2024 klo 19:00	Pump!	17
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.08.2024 klo 16:30	Squat	11
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.08.2024 klo 17:00	Pushup	12
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.08.2024 klo 17:30	Core*	11
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	Ke 21.08.2024 klo 18:00	Venyttely45*	6
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	To 22.08.2024 klo 18:30	Zumba®	21
Hervanta	Ryhmäliikuntasali	La 24.08.2024 klo 10:30	Pump!	23

