

Ohjatut tunnit kevät 2021

Let`s Go Center

	Spinning, sali 1	Soutu, sali 1	Jumppa, sali 2	Jooga/lihashuolto, sali 2	Kuntopiiri
Maanantai	13.00 Lunch Ride, Sari 17.30 Basic, Miriam	16.30 Viikkokisa, Sari	16.00 Hula, Eeva	18.45 Tasapainoittava, Miriam	

Tiistai	17.00 Viikkoetappi, Sari 19.00 Night Ride, Sari	16.00 HIIT 45`, Sari	12.30 ZUMBA, Sebastian, 1.2. alkaen 18.00 6x6, Sari		

Keskiviikko	13.00 Lunch Ride, Sari 17.00 HC 75`, Sari	16.00 HIIT 45`, Sari		18.45 Viyayama, Miriam	10.00 IISI, Eeva 18.30 SPORT, Sari

Torstai		17.00 HIIT 45`, Sari	16.00 Hula, Eeva 17.30 Total Perfect Body, Heli		16.30 KUNTO, Heli

Perjantai	16.30 GP-kisa 17.45 Basic, Heli		16.30 Core, Heli		

Lauantai	10.00 Aamulenkki, Sari		12.30 ZUMBA, Sebastian, 1.2. alkaen		11.00 Sport 30, Sari

Sunnuntai	13.00 Zwift-ajo joka toinen viikko alkaen 10.1.2021. Vaatii oman sovelluksen!		17.00 Total Perfect Body, Heli 18.00 Core, Heli		

www.letsgocenter.fi
Ajanvaraus: www.varaaheti.fi/letsgocenter

Tunneille rajallinen osallistujamäärä: Spinning 9, Soutu 10, muut 15 henkilöä + ohjaaja
Paikka varattava 2 tuntia ennen tunnin alkua, aamutunnit edellinen ilta klo 20 mennessä!
Peruuttamattomista varauksista veloitamme täyden hinnan.