

KUNTOKOULU KAARINA

Kevät 2026
5.3. alkaen

ELÄKELÄISILLE SUUNNATUT TUNNIT

ovat merkattu
sinisellä pohjalla

PAIKKAVARAUS

Pump it-tunteihin,
jotka on merkattu
tähdellä*

Varaukset ja
peruutukset tehdään
nettisivujen kautta

LISÄTIETOA

www.kaarina.fi
tai soittamalla
050 320 7870 /
050 373 2875

Uimahallintie 4,
uimahallin alakerta

MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
9.00-10.00			9.00-10.00	9.00-10.00		
SIMPPELI AAMUJUMPPA Mia			VENYTTELY Henna	SIMPPELI AAMUJUMPPA Henna		
10.05-11.05	10.15-11.30	10.00-11.00		10.05-11.05	10.15-11.15	10.30-11.30
SIMPPELI AAMUJUMPPA Mia	JOOGA Outi	LAVIS + vatsat Mia		SIMPPELI AAMUJUMPPA Henna	KEHO KUNTOON Tii-Anna	PUMP IT * Jonna
11.15-12.30				11.15-12.30	11.20-12.20	11.30-12.30
IKILIIKKUJAT Henna				IKILIIKKUJAT Henna	TEHOJUMPPA Tii-Anna	KEHONHUOLTO Jonna
			15.00-16.00			
			LAVIS + vatsat Mia			
16.20-17.20	16.30-17.30					
VIIKON STARTTI Maija	LAVIS + vatsat Mia					
17.30-18.30	17.40-18.40	17.30-18.30		17.30-18.30		
BODY Johanna/Aleksi	TOIMINNALLINEN TREENI Salla	KOKO KEHON TREENI Johanna		VIIKONLOPUN STARTTI Johanna		
18.45-19.45	18.50-19.50	18.40-19.40	19.00-20.00			
LIIKETTÄ JA LIHASKUNTOA Lotta	TANSSIJUMPPA + vatsat Lotta	MIEHET Johanna	PUMP IT * Jonna			

Tervetuloa
jumppaamaan