

VÅREN / KEVÄT 2019 KyIF Gymnastiksektion



Schema /Aikataulu

Måndag / Maanantai (7.1 –)

18.30 – 19.30 *CrossNature®* (Anna-Lotta / Ann-Marie)

19.45 – 20.45 *Zumba®* (Ioulia)

Tisdag / Tiistai (8.1 –)

19.15 – 20.15 *Body Weight Training* (Nina)

19.30 – 20.30 *ManPower* (Anna-Lotta)

Onsdag / Keskiviikko (9.1. –)

19.45 – 20.45 *KyIF Gym Circuit* (Pirjo-Riitta)

Ilmoittautuminen joka viikko Hobbydeedin kautta

Torsdag / Torstai (10.1 –)

19.45 – 20.45 *KyIF Body Workout* (Kristiina / Pirjo-Riitta)

Lördag / Lauantai (12.1 –)

11.30 – 12.30 *M.A.X + kehonhuolto / KyIF Work it!* (Virve / Anna-Lotta)

Söndag / Sunnuntai (13.1 –)

16.45 – 17.45 *Yoga* (Iina)

