

# Kesän liikuntaryhmät 2024

Kesän ryhmäliikuntaryhmien toimintakausi on 3.–30.6.2024

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<b>Hydrohex-virtuaali-vesijumppa</b> 8:00–8:45	<b>Kuntosali Circuit</b> 10:00–10:45	<b>Hydrohex-virtuaali-vesijumppa</b> 8:00–8:45	<b>Kuntosali Circuit</b> 10:00–10:45	<b>Hydrohex-virtuaali-vesijumppa</b> 8:00–8:45	<b>Hydrohex-virtuaali-vesijumppa</b> 10:00–10:45	<b>Hydrohex-virtuaali-vesijumppa</b> 9:00–9:45
<b>Kehonhuolto</b> 12:00–12:45	<b>Vesijumppa</b> 11:15–11:45	<b>Circuit-kiertoarjoittelu</b> 17:30–18:30	<b>Vesijumppa</b> 11:15–11:45	<b>Kuntosali-circuit</b> 16:30–17:30		<b>Hydrohex-virtuaalivesijumppa</b> 17:00–17:45
<b>Kuntosali-circuit</b> 17:15–18:15	<b>Crosstraining</b> (hyvällä säällä ulkona) 17:15–18:15	<b>Acquapole Circuit</b> 17:30–18:15	<b>Pilates</b> (hyvällä säällä ulkona) 17:15–18:15	<b>YIN-jooga 90</b> 17:30–19:00		
<b>Fascia Method</b> 17:15–18:15	<b>Baila &amp; Latin</b> 17:30–18:15	<b>Flow-jooga</b> 17:30–18:30	<b>Kuntosali Circuit</b> 17:15–18:15			
<b>Aqua Dance</b> 18:30–19:15	<b>Acquapole Pole</b> 17:30–18:15	<b>Acquapole HIIT</b> 18:30–19:00	<b>Lattaritekniikka</b> 17:15–18:45			
<b>Core-Treeni</b> 18:30–19:30	<b>Pilates</b> 18:30–19:30	<b>Yin-jooga 75</b> 18:40–19:55	<b>Acquapole Boxing Bag</b> 17:30–18:15			
<b>Flow 4 Fit</b> 18:30–19:30	<b>Kunnonpumppi</b> 18:30–19:30		<b>Acquapole Jump</b> 18:30–19:15			
			<b>Kunnonpumppi</b> 18:30–19:30			
			<b>Latin jatko</b> 18:50–19:50			

## Sport-hinnasto

Sport-tunti, kertamaksu	12€
Lattaritekniikka	15€
Sport-tunti, sarjalippu x10	100€
Sport-tunti, sarjalippu x15	135€

## Jäsenyydet

Sport & Gym	49€ /kk
Sport, Spa & Gym	69€ /kk
All	85€ /kk

Sarjaliput voimassa vuoden ajan ostopäivästä lähtien. Sarjaliput eivät käy lattaritekniikkatunneille.

## Aqua Sport -hinnasto

Aqua-tunti, kertamaksu	16€
Vesijumppa, kertamaksu	12€
Aqua-tunti, sarjalippu x10	130€
Vesijumppa, sarjalippu x10	120€

## Jäsenyydet

Aqua	69€ /kk
All	85€ /kk

Hydrohex-virtuaalivesijumppat ovat oma-toimiset. Sarjaliput voimassa vuoden ajan ostopäivästä lähtien.

\*Juhlapyhinä ei ryhmäliikuntoja  
Pidätämme oikeudet muutoksiin.



Kylpylähotelli Kunnonpaikka • Jokiharjuntie 3, 70910 Vuorela • 044 7476 520 • [kunnonpaikka.com](http://kunnonpaikka.com)

