

NIINIVAARA

	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
5.00							
6.00							
7.00							
8.00							
9.00							
10.00	PÄIVYSTYS 10-10.30		PÄIVYSTYS 10-10.30				
11.00	SENIORI AITTA 10.30-12		SENIORI AITTA 10.30-12				
12.00	PÄIVYSTYS 12-12.30		PÄIVYSTYS 12-12.30				
13.00							
14.00							PÄIVYSTYS 14-15
15.00				PÄIVYSTYS 15-16			
16.00	PÄIVYSTYS 16-17		PÄIVYSTYS 15-17		PÄIVYSTYS 16-17		
17.00		CIRCUIT 17-18					
18.00							
19.00							
20.00							
21.00							
22.00							
23.00							

KARSIKKO

	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
5.00							
6.00							
7.00							
8.00							
9.00							
10.00		PÄIVYSTYS 10-10.30		PÄIVYSTYS 10-10.30			
11.00		SENIORI AITTA 10.30-12		SENIORI AITTA 10.30-12			
12.00		PÄIVYSTYS 12-12.30		PÄIVYSTYS 12-13			
13.00							
14.00				PIENRYHMÄ 13-14:30			
15.00							
16.00							PÄIVYSTYS 16-17
17.00		PÄIVYSTYS 17-18		NAISTEN AITTA 17-18			CIRCUIT 17-18
18.00				PÄIVYSTYS			
19.00							
20.00							
21.00							
22.00							
23.00							

 PÄIVYSTYS (henkilökunta paikalla, korttien lataus)
 SENIORI AITTA (ei avointa treenivuoroa)
 KUNTOSALICIRCUIT RYHMÄ (ei avointa treenivuoroa)
 NAISTEN AITTA (vuoro naisille, korttien lataus kaikille)
 KIMMA-PUNTTI (ohjattu treeni naisille, korttien lataus kaikille)
 PIENRYHMÄ (parittomat viikot, ei avointa treenivuoroa)

RYHMIIN ILMOITTAUTUMINEN:

www.vello.fi/kuntoaitta

* Ilmoittautuminen viimeistään 3h ennen ryhmän alkua

* Peruutus viimeistään 8h ennen ryhmän alkua

* Ilmoittautumis- ja perumisajat eivät koske Seniori Aittaa