

MAANANTAI

| kello | ENERGIALÄHDE | SATUMAA | JOUTSENLAMPI |
|-------------|-----------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| 08.00-09.00 | | | |
| 09.00-10.00 | TNV-Power klo 9:00-9:55 | | |
| 10.00-11.00 | Tuolijumppa klo 10:00-11:00 | | |
| 11.00-12.00 | | | |
| 12.00-13.00 | | | |
| 13.00-14.00 | | | |
| 14.00-15.00 | | | |
| 15.00-16.00 | | | |
| 16.00-17.00 | | Lasten Jooga klo 16:15-17:00 | |
| 17.00-18.00 | Liikkuvuus klo 17:05-18:00 | JuniorFit klo 17:00-17:50 | |
| 18.00-19.00 | TNV-body klo 18:05-19:00 | Estetical Nuput klo 18:00-19:00 | Evelia klo 18:00-19:00 |
| 19.00-20.00 | Kehonhuolto klo 19:05-20:05 | | Elodie Soolo 19:00-20:00 |
| 20.00-21.00 | | | |

TIISTAI

| | | | |
|-------------|-----------------------------------|------------------------|-------------------------------|
| 08.00-09.00 | | | |
| 09.00-10.00 | Bailatino klo 9:00-9:55 | | |
| 10.00-11.00 | Kehonhuolto klo 10:05-11:05 | | |
| 11.00-12.00 | | | |
| 12.00-13.00 | Kevyt kuntotanssi klo 12:30-13:30 | | |
| 13.00-14.00 | | | |
| 14.00-15.00 | | | |
| 15.00-16.00 | | | |
| 16.00-17.00 | Lavis klo 16:45-17:40 | | |
| 17.00-18.00 | Lavis klo 16:45-17:40 | | Satubaletti klo 17:00-17:45 |
| | TNV-body klo 17:45-18:40 | Elodie klo 17:30-19:00 | Esibaletti klo 17:45-18:30 |
| 18.00-19.00 | RopeHIIT klo 18:45-19:25 | Elodie klo 17:30-19:00 | ShowJazz klo 18:30-19:30 |
| 19.00-20.00 | SoulSiskåt klo 19:30-21:00 | SoulSiskåt 19:00-19:30 | Aikuisbaletti klo 19:30-20:45 |
| 20.00-21.00 | SoulSiskåt klo 19:30-21:00 | | |

KESKIVIKKO

| | | | |
|-------------|-----------------------------|--------------------------------|---------------------------|
| 08.00-09.00 | | | |
| 09.00-10.00 | Core+venyt klo 9:00-10:00 | | |
| 10.00-11.00 | | | |
| 11.00-12.00 | | | |
| 12.00-13.00 | | | |
| 13.00-14.00 | | | |
| 14.00-15.00 | | | |
| 15.00-16.00 | | | |
| 16.00-17.00 | Keppijumppa klo 16:30-17:30 | Akrobatiavoim. klo 16:30-18:00 | |
| 17.00-18.00 | Buusteri klo 17:40-18:40 | Akrobatiavoim. klo 16:30-18:00 | DanceKids klo 17:30-18:15 |
| 18.00-19.00 | Kehonhuolto klo 18:45-19:30 | SirkusAkrot klo 18:00-19:00 | DanceKids klo 18:15-19:00 |
| 19.00-20.00 | Dance klo 19:30-20:30 | | |
| 20.00-21.00 | | | |

TORSTAI

| | | | |
|-------------|-----------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| 08.00-09.00 | | | |
| 09.00-10.00 | Kumpparijumppa 9:00-9:55 | | |
| 10.00-11.00 | EasyDance klo 10:00-11:00 | | |
| 11.00-12.00 | | | |
| 12.00-13.00 | | | |
| 13.00-14.00 | | | |
| 14.00-15.00 | | | |
| 15.00-16.00 | | | |
| 16.00-17.00 | TNV-pumppi klo 16:30-17:25 | DanceMix klo 16:45-17:30 | |
| 17.00-18.00 | Easy-step klo 17:30-18:25 | Estetical Jr klo 17:30-18:30 | |
| 18.00-19.00 | Pilates klo 18:30-19:40 | Estetical jr 11v klo 18:30-19:30 | Itämainen tanssi alk. 18:00-19:00 |
| 19.00-20.00 | SuperSiskåt klo 19:40-21:10 | SuperSiskåt klo 19:30-19:45 | Itämainen tanssi jat. 19:00-20:00 |
| 20.00-21.00 | SuperSiskåt klo 19:40-21:10 | | |

PERJANTAI

| kello | ENERGIALÄHDE | SATUMAA | JOUTSENLAMPI |
|-------------|------------------------------|------------------|------------------|
| 08.00-09.00 | | | |
| 09.00-10.00 | Finnhits-Body klo 9:30-10:30 | | |
| 10.00-11.00 | | | |
| 11.00-12.00 | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ |
| 12.00-13.00 | | | |
| 13.00-14.00 | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ |
| 14.00-15.00 | | | |
| 15.00-16.00 | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ |
| 16.00-17.00 | | | |
| 17.00-18.00 | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ |
| 18.00-19.00 | | | |
| 19.00-20.00 | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ | ITSENÄISYYSPÄIVÄ |
| 20.00-21.00 | | | |

LAUANTAI

| | | | |
|-------------|------------------------|--|--------------------|
| 08.00-09.00 | | | |
| 09.00-10.00 | TNV-pumppi 9:00-9:55 | | |
| 10.00-11.00 | Step 10:00-10:45 | | Eden 10:30-11:30 |
| 11.00-12.00 | Evelia klo 11:30-13:15 | | Elodie 11:30-13:00 |
| 12.00-13.00 | Evelia klo 11:30-13:15 | | Elodie 11:30-13:00 |
| 13.00-14.00 | | | |
| 14.00-15.00 | | | |
| 15.00-16.00 | | | |
| 16.00-17.00 | | | |
| 17.00-18.00 | | | |
| 18.00-19.00 | | | |
| 19.00-20.00 | | | |
| 20.00-21.00 | | | |

SUNNUNTAI

| | | | |
|-------------|----------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| 08.00-09.00 | | | |
| 09.00-10.00 | Intervalli-body 9:30-10:30 | | |
| 10.00-11.00 | | | |
| 11.00-12.00 | | | |
| 12.00-13.00 | | | |
| 13.00-14.00 | | | |
| 14.00-15.00 | | | |
| 15.00-16.00 | | | |
| 16.00-17.00 | | | |
| 17.00-18.00 | | PerheGym 3-5v 17:00-17:45 | |
| 18.00-19.00 | Nia-tanssi 18:00-19:15 | | PikkuSiskåt klo 17:45-19:30 |
| 19.00-20.00 | SunSiskåt klo 19:30-21:00 | | PikkuSiskåt klo 17:45-19:30 |
| 20.00-21.00 | SunSiskåt klo 19:30-21:00 | | |