

RYHMÄLIIKUNTA KEVÄT 2024

MEDIREX **40**
1983 - 2023

Aloitus viikolla 2
8.1.2024
alkaen
Ilmoittautumiset:
puh: 06 8362200 tai
sähköposti:
toimisto@medirex.fi

Maanantai

10.00	Voimaa ja tasapainoa- kuntosaliryhmä +65 vuotiaille (60min)	10€/ krt tai 95€/ 10x kortti
13.00	Kuntojumppa +65 vuotiaille (60min)	10€/ krt tai 95€/ 10x kortti

Tiistai

16.45	Pilates (60min) Vesiveijarin toimipiste	120€/ 10 kertaa
-------	---	-----------------

Keskiviikko

19.00	Toiminnallinen kuntosalin kiertoharjoittelu (60min)	180€/ 15 kertaa
-------	---	-----------------

Torstai

12.45	Senioriryhmä kuntosalilla (60min)	10€/ krt tai 95€/ 10x kortti
-------	-----------------------------------	---------------------------------