

# 26.11.-21.12.2018

# PORI

Klo / pv	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
7					
8   14				12.00 Taukojumppa 5 min kahvihuoneessa	12.00 Taukojumppa 5 min kahvihuoneessa
15			15.30 30-45 min Jooga/kehonhuolto (virtuaalitunti) Pori-kampus A356		
16	16.30 30-45 min Jooga/kehonhuolto (virtuaalitunti) Pori-kampus A356	16.00 2h Henkilökunnan kuntosalivuoro kampuksen kuntosali  16.00 Äijä(mäinen) kuntosali kampuksen kuntosali	16.00 45 min Ohjattu kuntosali	16.00 2h Henkilökunnan kuntosalivuoro kampuksen kuntosali	16.30 50 min BodyPump Kuntotorni
17	17.00 45 min Allasjumppa Diafysio	17.00 45 min Tanssi Tanssitaivas ry.		17.30 45 min PerusSpinning Porihalli	
18					