

TREENINGPLAAN September - Detsember 2016

STUDIO SCHEDULE September - December 2016

Kell Time	Esmaspäev Monday	Teisipäev Tuesday	Kolmapäev Wednesday	Neljapäev Thursday	Reede Friday	Pühapäev Sunday
8:00						
11:30						
12:30	BoxMix** Kaja Tuisk	bodyART® Pille Karotamm	deepWORK® Mihkel Vabrit	YogaFunc Pille Karotamm	BodyTone Diana Valge	
13:30	bodyART®*** Kristin Möllits	BodyTone** Diana Valge	Shindo-Jomon Kristi Aruküla			
17:00					deepWORK® Mihkel Vabrit	
17:20	BodyTone Sandra Must	bodyART® Pille Karotamm	BodyTone Diana Valge			
17:30				Pilates* Tatjana Vaher		
19:00	Pilates Tatjana Vaher		Shindo-Jomon Kristi Aruküla			Shindo-Jomon* Kristi Aruküla
20:00						



Palume treeningutele registreeruda vähemalt 2 tundi enne treeningu algust!
Please reserve classes at least 2 hours in advance!