



Treenimix

Kevät 2025



- 9.1. Jättipallojumppa
- 16.1. Kuntonyrkkeily
- 23.1. Kahvakuula
- 30.1. Kehonpainotreeni
- 6.2. Steppi+ core
- 13.2. Gymstick
- 20.2. Kiertoharjoittelu
- 27.2. HIIHTOLOMA ei ryhmiä
- 6.3. Jättipallo
- 13.3. Kuntonyrkkeily
- 20.3. Kahvakuula
- 27.3. Kehonpainotreeni
- 3.4. Steppi+ core
- 10.4. Gymstick
- 17.4. Kiertoharjoittelu
- 24.4. Jokerikerta



PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMÄ