

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
8.30-9.30 laitepilates (k)				
9.45-10.45 laitepilates (p)	9.30-10.30 spiraalistabiilaatio +ONLINE	9.30-10.30 laitepilates (p)	10.00-11.00 spiraalistabiilaatio	
10.00-11.00 Smooth pilates (p) päivätunti +ONLINE	11.00-12.00 laitepilates (p)		10.00-11.00 laitepilates (k)	10.00-11.00 laitepilates (k)
11.00-12.00 laitepilates (p)	11.00-12.00 pilates (k) päivätunti +ONLINE	11.00-12.00 pilates (p) päivätunti +ONLINE	11.30-12.30 pilates (p) päivätunti +ONLINE	11.30-12.30 pilates (p) päivätunti +ONLINE
12.15-13.15 pilates (k) päivätunti +ONLINE	12.15-13.15 laitepilates (k)	12.15-13.15 laitepilates (k)	12.45-13.45 laitepilates (p)	12.35-13.35 laitepilates (p)
15.15-16.15 selkäpilates +ONLINE	15.15-16.15 pilates (p) +ONLINE	16.45-17.45 Pilates (p/k)	16.30-17.30 laitepilates (p)	12.35-13.35 Venyttely 60 päivätunti +ONLINE
16.15-17.15 laitepilates (k)	16.30-17.30 Barre +ONLINE	16.45-17.45 laitepilates (p/k)	16.30-17.30 pilates (k/j) +ONLINE	16.30-17.30 laitepilates (k/j)
17.00-18.00 pilates (p/k)	16.30-17.30 laitepilates (k)	18.00-19.15 Pilates&Venyttely +ONLINE	17.45-18.45 laitepilates (k)	17.30-18.50 laitepilates (p/k)
18.15-19.15 pilates (k/j)	17.35-18.35 laitepilates (p)	18.00-19.15 laitepilates (k)		
17.15-18.15 laitepilates(p/k)				#

Lauantai
10.00-11.00 pilates (p/k)
11.15-12.15 laitepilates (p)
12.30-13.30 Jumpboard
#

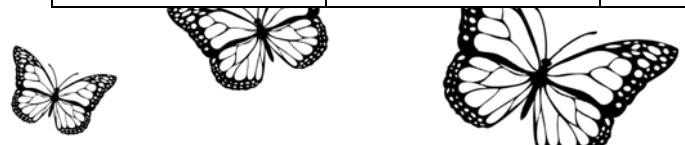
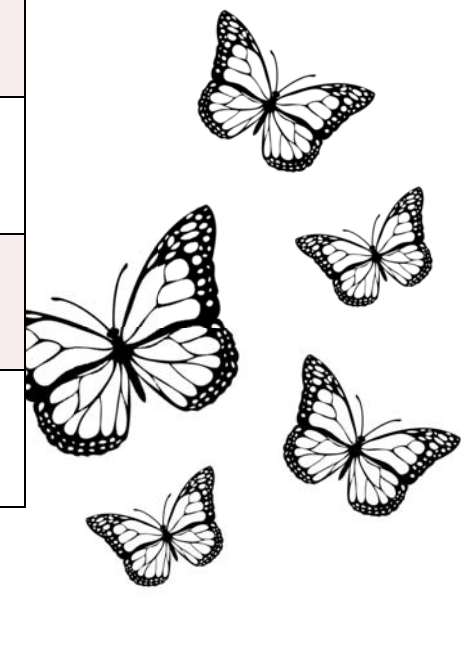
Ilmoittaudu!

netissä:
varaaheti.fi/somaticstudio

sähköpostilla
asiakas@somaticstudio.com

+ONLINE
tunnille mahdollista osallistua paikan päällä tai ONLINESSA

Päivätunti
16€#



Respecting the past – working for the future.