

Mattotunnit

1 krt	22 €
5 krt	105 €
10 krt	190 €
15 krt	280 €
20 krt	360 €

Mattotunnit ovat kaikki 60 min. Pilates, venyttely, springboard, Gyrokinesis, selkäryhmä, lämpö-, kuntoutus- ja Genen pilates.

Päivä- ja onlinetunnit

1 krt	16 €
5 krt	77,50 €
10 krt	150 €
Kuukausikortti	120€

Päivätunteja ovat arkisin klo 10:00-15:00 pidettävät tunnit. Päivätuntihinnoitteluun ei sisälly Kuntoutus pilates, Genen pilates, selkäryhmä eikä laitepilatestunnit.

Kuukausikortti on voimassa 30 pv ostopäivästä ja sillä voi osallistua rajoituksettomasti kaikille mattotunneille. Huom! Ei sisällä laitetunteja. Kuukausikortilla voi osallistua päivä- ja onlinetunneille.

PERUUTUSEHDOT

MATTOTUNNIT

Peruutukset viimeistään 2 tuntia ennen tunnin alkua.

AAMUTUNNIT 7.00-10.00

Peruutukset edellisenä iltana klo 18.00 mennessä.

ONLINE-, LAITEPILATES- JA YKSITYISTUNNIT

Peruutukset viimeistään edellisenä iltana klo 18 mennessä.

CIRCUIT

Peruutukset viimeistään 24 tuntia ennen tunnin alkua.

Hinnat voimassa 30.12.2021 asti.

Laitepilates

1 krt	29€
5 krt	135€
10krt	260€
15 krt	375€
20 krt	480€

Circuit

1 krt	35€
5 krt	160 €
10 krt	290 €
15 krt	375 €
20 krt	480 €

Jouluaikataulu

2021



27.12. Maanantai	28.12. Tiistai	29.12. Keskiviikko	30.12. Torstai
11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00
Laitopilates (p) / Jonna Eiskonen	Venyttely / Laura Tohmo	Laitopilates (p) / Jonna Eiskonen	Laitopilates (p) / Nina Pastel
12.15 - 13.15	12.00 - 13.00	12.15 - 13.15	11.30 - 12.30
Laitopilates (K) / Jonna Eiskonen	Pilates (p) / Olga Reskalenko	Laitopilates (k) / Jonna Eiskonen	Pilates (p) + Online / Riina Marttinen
16.45 - 17.45	16.30 - 17.30	16.45 - 17.45	12.15 - 13.15
Pilates (p) / Olga Reskalenko	Laitopilates (p) / Nina Pastel	Laitopilates (p/k) / Nina Pastel	Reformer ENG/FIN / Nina Pastel
17.15 - 18.15	17.30 - 18.30	17.00 - 18.00	17.15 - 18.15
Laitopilates (k) / Tommi Hyytinen	Laitopilates (k) / Nina Pastel	Pilates (k) / Tommi Hyytinen	Laitopilates (p/k) / Tommi Hyytinen
18.15 - 19.15	17.30 - 18.30	18.00 - 19.00	18.15 - 19.15
Pilates (k) / Tommi Hyytinen	Pilates (k) / Tommi Hyytinen	Pilates & Venyttely / Nina Pastel	Pilates (p/k) / Tommi Hyytinen
	18.30 - 19.30		
	Jousiseinä / Nina Pastel		

3.1. Maanantai	4.1. Tiistai	5.1. Keskiviikko
11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.00 - 12.00
Laitopilates (p) / Riina Marttinen	Venyttely / Laura Tohmo	Laitopilates (p) / Jonna Eiskonen
11.00 - 12.00	11.00 - 12.00	11.30 - 12.30
Pilates (p/k) / Jonna Eiskonen	Laitopilates (p) / MT Willman	Pilates (p/k) / MT Willman
12.15 - 13.15	12.15 - 13.15	12.15 - 13.15
Laitopilates (k) / Jonna Eiskonen	Pilates (p/k) / MT Willman	Laitopilates (k)
16.00 - 17.00	16.30 - 17.30	16.45 - 17.45
Laitopilates (p) / Nina Pastel	Laitopilates (p) / Nina Pastel	Laitopilates (p/k) / Nina Pastel
17.00 - 18.00	17.30 - 18.30	18.00 - 19.00
Laitopilates (k) / Nina Pastel	Laitopilates (k) / Nina Pastel	Pilates & Venyttely / Nina Pastel
17.00 - 18.00	18.30 - 19.30	18.00 - 19.00
Pilates (p) / Olga Reskalenko	Jousiseinä / Nina Pastel	Laitopilates (k) / Riina Marttinen
18.05 - 19.05		19.05 - 20.05
Pilates (k) / MT Willman		Laitopilates (p) / Riina Marttinen

Mahdollisia tunti lisäyksiä saattaa tulla vielä joulukuun aikana, välipäivien varauskalenteria kannattaa seurata aktiivisesti!

Paikkavaraukset: www.somaticstudio.com

**Hyvää
Joulua!**

