



## Jumpat viikolla 11

Saimaalla järjestettävät ryhmäliikuntatunnit ti-pe. Jumppiin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Kokooneminen ja maksu kylpylän vastaanotossa 15 min. ennen jumpan alkua!

Hinta per jumppa: aikuinen 6€, osakkaat ja lapset 4€

### Tiistai

**Kehonhuolto**, klo 9.00  
Kesto 45 min

### Keskiviikko

**Vesijumppa**, klo 10.15  
Kesto 30 min

**Kahvakuula**, klo 17.00  
Kesto 60 min

### Torstai

**HIIT- treeni**, klo 17.00  
Kesto 30 min

### Perjantai

**Kehonhuolto**, klo 9.00  
Kesto 45 min

**PUMP**, klo 14.00  
Kesto 60 min