

FRISKIS & SVETTIS HELSINGIN JOULUAIKATAULU 23.12.–31.12.2024

viikko 52	MAANANTAI 23.12.	TIISTAI 24.12.	KESKIVIikko 25.12.	TORSTAI 26.12.	PERJANTAI 27.12.	LAUANTAI 28.12.	SUNNUNTAI 29.12.
F&S-sali Hermann	17.00 Tanssi / Katja 18.00 Kynntiläjooga / Maria	10.30 Jouluaaton jumppa – avoin kaikille!		14.00 Barbell / Suski	17.30 Jumppa sportti / Jorma 18.30 Coreflex / Piretta	15.00 Jumppa / Eija	16.00 Tanssi / Niina 17.00 Jumppa / Maarit 18.00 Coreflex / Anna
Haagan pelastusasema			Joulupäivä – ei tunteja			12.00 Jumppa sportti / Michaela	18.00 Jumppa / MImma
Katajanokan liikuntahalli	11.00 Jumppa soft/Leila				11.00 Jumppa soft/Leila		
Ruoholahden palloiluhalli						11.00 Jumppa sportti / Anna	
Ulkoliikunta	Ulkoliikunta joulutauolla 23.12.–6.1.2025 – lenkit jatkuvat 7.1. alkaen!						
viikko 1	MAANANTAI 30.12.	TIISTAI 31.12.	KESKIVIikko 1.1.	TORSTAI 2.1.			
F&S-sali Hermann	17.00 Jumppa / Linda 18.00 Jumppa sportti / Katja 19.00 Jooga / Maria	16.00 Uudenvuoden-aaton jumppa – avoin kaikille!	Uudenvuodenpäivä – ei tunteja	KEVÄTKAUSI ALKAA!			
Katajanokan liikuntahalli	11.00 Jumppa soft/Leila						
Töölö Gymnasium	18.00 Jumppa sportti / Niina						



Päivittyvä aikataulu:
friskissvettis.fi/
helsinki

Kevään 2025 kausikortilla pääsee tunneille jo 23.12.2024 alkaen!