

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	7.00-8.00 WOD			7.00-8.00 WOD		
	8.00-11.00 OPEN GYM	8.00-11.00 OPEN GYM	8.00-11.00 OPEN GYM	8.00-11.00 OPEN GYM	9.00-10.30 PAINONNOSTO	
	8.00-11.00 OPEN GYM	8.00-11.00 OPEN GYM	8.00-11.00 OPEN GYM	8.00-11.00 OPEN GYM	10.30-12.30 OPEN GYM	
	11.00-12.00 WOD	11.00-12.00 WOD	11.00-12.00 WOD	11.00-12.00 WOD	10.30-12.30 OPEN GYM	
16.00-17.00 WOD	16.00-17.00 WOD	16.00-17.00 WOD	16.00-17.00 WOD	16.00-17.00 WOD		16.30-17.30 OPEN GYM
17.00-18.00 WOD	17.00-18.00 WOD	17.00-18.00 WOD	17.00-18.00 WOD	17.00-18.00 WOD		17.30-18.30 OPEN GYM
18.30-19.30 WOD	18.00-19.00 WOD	18.30-19.30 WOD	19.00-20.30 ON- RAMP/OPEN GYM*	18.00-19.00 WOD		
19.30-20.30 WOD	19.30-21.00 ON- RAMP/OPEN GYM*	19.30-20.30 WOD		19.30-21.00 ON- RAMP/OPEN GYM*		

***Open gym vain On-Ramp:n ollessa käynnissä**