

60+ Tuntikalenteri - kevät 2026

VOIMASSA 7.1.2026-31.5.2026

Harmaalla virtuaalitunnit. Pinkillä ohjaajan ohjaamat tunnit.

R RYTMİ-SALI V VAUHTI-SALI K KUNTOSALI

*HUOLTAVA **KESKITASO ***TEHO

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
9:30 R Olo Keppijumppa30* 9:30 K 60+ Kinesis30 10:10 R 60+ Syke30 10:50 R Olo Kuntopiiri50** 11:50 R FascialMethod55* 14:20 R RVP 14:55 R FlowJooga	9:00 R 60+ FysioMix40 9:50 R PhysioPilates45* 10:10 V 60+ Sisäpyöräily30 10:45 R DanceMix45** 11:40 R Olo Body45** 12:35 R Olo Keppijumppa30* 13:15 R Sointukylpy45* 14:05 R DanceMix 14:55 R Liikkuvuus	9:30 R IisiAerobic45** 10:25 R VinyasaFlowJooga* 10:30 V Olo Kuntopiiri* 10:45 K 60+ Kinesis30 11:20 R Olo Kiinteytys45** 12:00 K Kuntosaliopastus45 14:05 R RVP	9:00 R 60+ Pumpppi45 10:00 R Lavis45** 10:00 V 60+ Kuntopiiri45** 11:00 R Olo Ryhti45** 11:55 R Pilates55* 14:05 R LatinShow 14:40 R Fysiovartti (selkä)	9:20 K 60+ Kinesis30 10:00 R Olo Keppijumppa30* 10:40 R Olo Kuntopiiri50** 11:40 R Olo Lantionpohja15* 12:00 R Venyttely&Rentoutus* 13:05 R Liikkuvuus 13:35 R Jooga 14:10 R Kiinteytys	10:20 R LauantaiSpesiaali 11:15 R LauantaiSpesiaali 13:00 R Olo Pumpppi45**	11:00 R BodyBalance55* Huom! Kinesis- ja Kuntopiiri-tunneille ajanvaraus ennakkoon reaaliaikaisessa kalenterissa.



LIIKUNTAKESKUS OLO · ALEKSANTERINKATU 25, OULU · WWW.OLO.FI