KAMK Sports ryhmäliikunnat 2017 Syksy

	VKO	Sisäpyöräily	Vaihtuva Teema	Kehonhuolto
Syyskuu	36	Kevyt	Tanssillinen treeni	"Jooga"
	37	Keskiraskas	Tanssillinen treeni	HighRoller
	38	Raskas	Tanssillinen treeni	Dynaaminen venyttely
	39	Kevyt	Tanssillinen treeni	Syvävenyttely
Lokakuu	40	Keskiraskas	Levytankotreeni	"Jooga"
	41	Raskas	Levytankotreeni	HighRoller
	42	ITSENÄISEN OPISKELUN VIIKKO / EI TUNTEJA		
	43	Kevyt	Kuntonyrkkeily	Pilates
	44	Keskiraskas	Kuntonyrkkeily	HighRoller
Marraskuu	45	Disney-spinning	Kahvakuula	Taiji
	46	Kevyt	Kahvakuula	Kehonhuolto + rentoutus
	47	Keskiraskas	Kahvakuula	"Jooga"
	48	Raskas	Kahvakuula	Chiball
Joulukuu	49	EI TUNTEJA		Pilates
	50	Keskiraskas	Kinkkukuntoon 2017	Asahi
	51	HYVÄÄ JOULUA!		
	52	HYVÄÄ JOULUA!		