

RYHMÄLIIKUNTA-AIKATAULU

10.8.–18.12.2026



Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Siivoustauko 9.30-10.30 Kuntosali suljettu!		Siivoustauko 9.30-10.30 Kuntosali suljettu!		Siivoustauko 9.30-10.30 Kuntosali suljettu!
		Gym Circuit 15:15-16:10		
Gym Circuit 16:30-17:25				

Helppoa & Tehokasta

Ryhmäliikuntatunnit on tarkoitettu vain Nokian henkilöstölle (ei externaalit). Tunneille ei tarvitse ilmoittautua erikseen. Tunnit ovat veloituksettomia.

Kaikki ryhmäliikuntatunnit järjestetään Linnanmaan kampuksen Reeni kuntosalilla, Ritaharjuntie 3, Oulu, katutaso.

Yhteystiedot:



Liikuntapalvelut
Nokia
Liikuntakanava

Joonas Bergström
Jutta Halonen
nokia.liikuntakanava.fi

joonas@befit.fi
jutta.halonen@nokia.com

+358 44 988 4545
+358 50 480 2380

