



FRESSI OP VALLILA

23.6.-8.8.2025



Tiistai	Keskiviikko	Torstai
Circuit 16.15-17.10	Pump 16.15-17.00	HIIT 16.15-16.45
Kahvakuula 17.15-18.00	Ryhti Kuntoon 17.05-17.50	Vatsa-Peppu 16.50-17.20
		Kehonhuolto 17.25-17.55

Helppoa ja kevyttä **Kehonhuoltoa** **Lihaskuntaa** **Liikettä ja hengästymistä**

Yhteystiedot:

Asiakaspalvelu
Fressi OP Vallila
Fressi Yrityspalvelut

010 850 9000 ja www.fressi.fi Chat-palvelu
op.liikuntakanava.fi
www.fressi.fi/yrityspalvelut/



op.liikuntakanava.fi



Follow us on

Instagram

[fressi_op_vallila](https://www.instagram.com/fressi_op_vallila)



Like us on
Facebook

Fressi OP Vallila

FRESSI

YRITYSPALVELUT