

6 VIIKON HIIT-TREENIT

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
1	5 MIN A		5 MIN B		5 MIN C		
2	5 MIN D		10 MIN A		10 MIN B		
3		10 MIN C		10 MIN D		15 MIN A	
4		15 MIN B		15 MIN C		15 MIN D	
5			20 MIN A			20 MIN B	
6		20 MIN C			20 MIN D		

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
1							
2							
3							
4							
5							
6							