

MOM Wellness AEROBIK ÓRAREND 2020.11.09-től

AEROBIK I.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
10.00		KISMAMA TORNA Jutka		KISMAMA TORNA Jutka		ALAKFORMÁLÁS Linda (Aerobik 2.)	ALAKFORMÁLÁS Linda
11.00		BABA MAMA Jutka		BABA MAMA Jutka		10.30 JÓGA Judit 1,5ó	
17.00		FIGHT Gábor		FIGHT Gábor			ALAKFORMÁLÁS Miki
18.00	DINAMIKUS ALAKF. Linda	HAS-LÁB-POPSI Gábor	ALAKFORMÁLÁS Linda	HAS-LÁB-POPSI Gábor	DINAMIKUS ALAKF. Linda		
19.00	FITT ALAK Szilvi	ÚJ! CROSS TRAINING Tamás	FITT ALAK Szilvi	PILATES Dóri	ZUMBA Joel		
19.15 AEROBIK III	19.15 JÓGA Judit 1,5ó		ÚJ! 19.00 TÁRSASTÁNC KEZDŐKNEK	19.15 JÓGA Judit, 1,5ó			

AEROBIK II.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
17.00						TRX 1,5h Zoltán	
18.00	17.45 KISMAMA TORNA Jutka	PILATES Dóri	17.45 KISMAMA TORNA Jutka	DEEP WORK Dóri	TRX Zoltán		TRX Attila
19.00	GERINCGIMN. Linda	19.30 TRX Márk	GERINCGIMN. Linda	19.30 TRX Márk			
20:00			ÚJ!! KEZDŐ JÓGA Fanni 60p				

AQUA FITNESSZ

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
8.30	ILDI		ILDI	ILDI	ILDI		
10.00	KATI		KATI	KATI		11.00 KATI	
			13.30 SUP YOGA Linda				
18.00		18.30 ILDI					
19.00	KATI	20.00 SUP YOGA Linda		KATI			

momwellness.hu
facebook.com/momwellness
Recepció tel.: 36 30 277-5600