

AEROBIK I.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
8.00							
10.00		KISMAMA TORNA Jutka	BABA MAMA TORNA Jutka	KISMAMA TORNA Jutka	KISMAMA TORNA Jutka	9.30 FITT ALAK. Szilvi	ALAKFORM. Linda
11.00	BABA MAMA TORNA Jutka	SENIOR TORNA Jutka	BABA MAMA TORNA Jutka	SENIOR TORNA Jutka	BABA MAMA Jutka	10.30. JÓGA Judit, 1,5ó	
12.00							
16.00				KISMAMA TORNA Jutka			
17.00		FIGHT Gábor		FIGHT Gábor	ZUMBA Joel		CARDIO AEROBIK Szidónia
18.00	17.45 KISMAMA Jutka	HAS-LÁB-POPSI Gábor	17.45 KISMAMA Jutka	HAS-LÁB-POPSI Gábor	DINAMIKUS PILATES Dorka		ALAKFORM. Szidónia
19.00	GERINCGIMN. Linda	19.30 PILATES Dóri	GERINCGIMN. Linda	PILATES Dóri	ERŐSÍTÉS Dorka		
20.00	ERŐSÍTÉS Szidónia		ALAKFORM. Szidónia	JOGA Judit, 1,5 óra			

AEROBIK II.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
12.00		KONDI Gábor		KONDI Gábor			
17.00	HAS-HÁT-POPSI Ágnes		SOFTBALL, ALAKF. Ágnes			TRX 1,5 óra Zoltán	
18.00	ALAKFORM. Dorka	17.30 ALAKFORM. Dóri	ALAKFORM. Lackó	deepWORK Dóri	TRX Zoltán		TRX Szilvi
19.00	FITT ALAK Szilvi	18.30. CROSS-FIT Dóri	TRX Szilvi	FITT ALAK Szilvi	TRX Zoltán		
20.00	TRX Szilvi	19.30 TRX Márk	TRX Szilvi	TRX Márk			
21.00		20.30 TRX Márk		HARD TRX (45p) Márk			

INDOOR CYCLING

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
7.00				Tamás			
12.00							
17.00		17.30 K.Laci		K. Laci			
18.00	18.30 Tamás	18.30 K.Laci	18.30 Tamás	K. Laci			
19.00							

AQUA FITNESS

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
9.00	8.30 Ildi	8.30 Zsuzsi	8.30 Ildi	8.30 Ildi	8.30 Ildi		
10.00	Kati		Kati	Kati	Kati		
12.00						Kati	Ildikó
16.00	OVIS	14-18h OVIS	OVIS	15-17h OVIS	15-18h OVIS		
17.00	OVIS		OVIS				
18.00		18.30 Ildikó					
19.00	Kati			Kati			