

AEROBIK I.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
8.00		ALAKFORM. Szidónia		ALAKFORM. Szidónia			
10.00		KISMAMA TORNA Jutka	9.45 BABA MAMA TORNA Jutka	KISMAMA TORNA Jutka		9.30 ALAKFORM. 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	ZUMBA Nikolett
12.00		KONDI Gábor		KONDI Gábor			
16.00							CARDIO AEROBIK Szidónia
17.00	16.45 FITKID gyerek torna	FIGHT Gábor	16.45 FITKID gyerek torna	FIGHT Gábor	ZUMBA Joel		ALAKFORM. Szidónia
18.00	17.45 KISMAMA Jutka	HAS-LÁB-POPSI Gábor	17.45 KISMAMA Jutka	HAS-LÁB-POPSI Gábor	DINAMIKUS PILATES Dóri		
19.00	GERINGGIMN. Linda	19.30 PILATES Dóri	GERINGGIMN. Linda	PILATES Dóri	ERŐSÍTÉS Dóri		
20.00	ERŐSÍTÉS Szidónia		ALAKFORM. Szidónia	JOGA Judit, 1,5 óra			

AEROBIK II.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
						10.45 TRX Paula	
17.00	HAS-HÁT-POPSI Ágnes		SOFTBALL, ALAKF. Ágnes			TRX Zoltán	
18.00	ALAKFORM. Linda	17.30 ALAKFORM. Dóri	ALAKFORM. Lackó	deepWORK Dóri	TRX Zoltán		TRX Szilvi
19.00	FIT BODY Szilvi	18.30. CROSS-FIT Dóri	ZUMBA Nikolett	FIT BODY Szilvi	TRX Zoltán		
20.00	TRX Szilvi	19.30 TRX Attila	TRX Szilvi	TRX Attila			
21.00		20.30 TRX Attila		HARD TRX (45p) Attila			

INDOOR CYCLING

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
7.00				Tamás		9.45 Paula	
12.00							
17.00		17.30 K.Laci		K. Laci			
18.00	18.30 Tamás	18.30 K.Laci	18.00 Attila	K. Laci	Paula		
19.00			1,5 ó				

AQUA FITNESS

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
9.00	8.30 Ildi	8.30 Zsófi	8.30 Ildi		8.30 Ildi		
10.00	Kati		Kati	Kati	Kati		
12.00						Kati	Ildikó
16.00	OVIS		OVIS		OVIS		
17.00	OVIS			16.30-18.50 Zártkörű foglalkozás			
18.00		18.30 Ildikó					
19.00	Kati			Kati			