

ERŐMŰ FITNESS STÚDIÓ FŐÉPÜLET

HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
8:00 SPINRACING (Dani)	8:00 SPINRACING KEZDŐ (Bálint)	8.00 SPINRACING (Dani)	8:00 SPINRACING KEZDŐ (Bálint)	8.00 SPINRACING (Dani)	9:00 SPINRACING (Andi)
17:30 SPINRACING (Andi)	17:45 SPINRACING KEZDŐ (Bálint)	17:30 SPINRACING (Dani)	17:45 SPINRACING KEZDŐ (Bálint)	17:00 TRX (Bálint)	
18:45 TRX (Bálint)		18:45 TRX (Bálint)		18:15 SPINRACING (Bálint)	
20:00 SPINRACING (Bálint)	19:00 SPINRACING (Bálint)	20:00 SPINRACING (Bálint)	19:00 SPINRACING (Bálint)		

ERŐMŰ FITNESS STÚDIÓ - VB TEREM

HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
	8:00 FUNKCIONÁLIS EDZÉS (Dani)		8:00 FUNKCIONÁLIS EDZÉS (Dani)		
	10:00 ALAKFORMÁLÓ AEROBIC (Elvira)				
17:00 THAI BOX (Csaba)	16:30 POWERKIDS (Bálint)	17:00 THAI BOX (Csaba)	16:30 POWERKIDS (Bálint)	16:45 INTERVAL ZSÍRÉGETŐ (Elvira)	
	17:45 PILATES (Elvira)		17:45 PILATES (Elvira)		
	19:00 FUNKCIONÁLIS EDZÉS (Dani)		19:00 FUNKCIONÁLIS EDZÉS (Dani)		
20:00 GERINCTRANING (Andi)	20:00 TÁNCOS ALAKFORMÁLÓ (Fanni)		20:00 TÁNCOS ALAKFORMÁLÓ (Fanni)		