

ÓRAREND 2026.02.09-től

Aerobik terem

Idő	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
8:00	BOSU Kriszti		Has, popsi Kriszti		Alakformáló Kriszti	Alakformáló Kriszti
17:00	BOSU Kriszti			Pilates Kriszti	Has, popsi Regi	
18:00	Alakformáló Regi	Step toning Dóri	Alakformáló Regi	Has, popsi Dóri	Alakformáló Dóri	
19:00		Gerincjóga Mara	Gerinctréning Kriszti			

Funkcionális terem

Idő	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
18:00	Gerinctréning Kriszti	Core Power Kriszti	Cardio Karate Dóri		Core Power Kriszti
18:30				O'Sky Timi	
19:00	O'sky Timi				

Spinracing terem

Idő	Kedd
19:00	Kriszti

Kellemes kikapcsolódást és jó testedzést kívánunk!

Figyelem! Az órarend változás jogát fenntartjuk!

ÓRAREND 2026.02.09-től

Aerobik terem

Idő	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
8:00	BOSU Kriszti		Has, popsi Kriszti		Alakformáló Kriszti	Alakformáló Kriszti
17:00	BOSU Kriszti			Pilates Kriszti	Has, popsi Regi	
18:00	Alakformáló Regi	Step toning Dóri	Alakformáló Regi	Has, popsi Dóri	Alakformáló Dóri	
19:00		Gerincjóga Mara	Gerinctréning Kriszti			

Funkcionális terem

Idő	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
18:00	Gerinctréning Kriszti	Core Power Kriszti	Cardió Karate Dóri		Core Power Kriszti
18:30				O'Sky Timi	
19:00	O'sky Timi				

Spinracing terem

Idő	Kedd
19:00	Kriszti

Kellemes kikapcsolódást és jó testedzést kívánunk!

Figyelem! Az órarend változás jogát fenntartjuk!