

2021 Mikulás Napokon résztvevő oktatók órái

Óratípus	Oktató	December 4. Szombat	December 5. Vasárnap	December 6. Hétfő	December 7. Kedd	December 8. Szerda
Alakformáló	Hóbor Niki			17:00; 18:00	9:30; 17:00	9:30; 16:30; 17:30
Alakformáló	Kálmár Jessica		17:00			
Alakformáló	Majoros Dóri			16:00		
Alakformáló	Pais Petra				10:30; 16:30; 17:30	18:30
Alakformáló	Szántó Ildikó				19:00	
Alakformáló	Sárosi Vivien				18:30	
Alakformáló body control	Szántó Ildikó	15:30				
Alakformáló starter	Majoros Dóri				19:00	
BodyART	Olaj Petra		9:30			
Cross training	Pilisy Zsófi				18:15	
Deepwork&BodyART mix	Heimer Viktória		11:00		19:30	
Fat Burning Power	Éva Zsófi				19:00	
Fat Burning Power	Kálmár Jessica	10:00				
Fat Burning Power	Nagy Barbi			19:00		
FitFight	Farkas Roxy			17:15		
Freek step	Adamcsek Edo			19:30		
Freek step	Kálmár Jessica	9:00				
Gerinctréning	Csilla Kovács		18:00		17:30	
Gerinctréning	Krekács Ildi			17:00		17:00
Gerinctréning	Olaj Petra			10:30		
Jump	Varga Diána					18:00
Kangoo	Krekács Ildi					20:00
Kangoo	Nagy Barbi				20:00	
Kettlebell	Pilisy Zsófi			16:30		
Pilates	Olaj Petra		8:30			
Salsa fitness	Szántó Ildikó	16:30			18:00	
Senior torna	Varga Diána			10:30		
Spinning	Hóbor Niki				18:00	
Spinning	Pais Petra			16:00; 17:00	9:30; 19:00	16:00; 17:00
Spinning	Szabó Bence	18:00; 19:00				
Spinning starter	Szabó Bence	17:00			20:00	
Streching	Pilisy Zsófi	9:30				
TRX starter	Farkas Roxy			16:15		
TRX starter	Pilisy Zsófi	10:45				
Zumba	Fehér Sándor				19:30	
Zumba dance	Dr. Szitkay Dóra		17:30		18:00	