

Szombat!

Club Royal!

8:00	Interval Mix	Sasvári Nikolett
9:00	FREEK Step	Adamcsek Edit
10:00	Cross Starter	Bikics Sándor
11:00	Party Fitness	Cseh-Szakál Tibor
12:00	Hardcore	Oraveczt István
13:00	Party Fitness	Cseh-Szakál Tibor
15:00	Giryafit	Fischer Gábor
16:00	Zumba	Nagy Erika
17:00	Zumba	Mohácsi Dorina
18:00	Alakformáló Capoeira	Farkas Roxána

Aerobik!

8:30	Alakformáló Starter	Suták Anett
9:30	Alakformáló Body Control	Szántó Ildikó
10:30	Alakformáló	Lékó Zsanett
11:30	Fanatic Alak	Rizmayer Nikolett
12:30	Alakformáló	Rizmayer Nikolett
13:30	Fanatic Jump	Rizmayer Beatrix
14:30	Kangoo	Szabó Alexandra
15:30	Alak BC	Szántó Ildi
16:30	Fanatic Alak	Bajnok Dávid
17:30	Alakformáló	Mucsi Edina
18:30	Jóga Flow	Rubin Olivér
19:30	Alakformáló	Székely Bernadett

TRX!

8:15	TRX	Rábel Sándor
9:15	TRX Starter	Rábel Sándor
10:15	TRX	Tóth Richárd
11:15	TRX Starter	Péntek Réka
12:15	TRX	Péntek Réka
13:15	TRX Starter	Farkas Roxána
14:15	TRX	Tóth Richárd
15:15	FitBox	Kovács Fruzsina
16:15	TRX	Tóth Richárd
17:15	Cross Training	Bikics Sándor
18:15	Spartan	Bikics Sándor
19:15	TRX	Kovács Fruzsina

Balance!

8:00	Alakformáló Body Control	Éva Zsófia
9:00	Interval Mix	Lékó Zsanett
10:00	Gerinctréning	Krekács Ildikó
11:00	Alakformáló	Szántó Ildikó
12:00	Stretching	Szabó Niki
14:00	Alakformáló	Sárosi Vivien
15:00	Gerinctréning	Kotrik Viktória
16:00	Pilates	Kotrik Viktória
17:00	Alakformáló Body Control	Kovács Fruzsina
18:00	DeepWork	Pakucs Eta
19:00	BodyArt	Pakucs Eta

Move!

8:30	Pilates	Kotrik Viktória
9:30	Alakformáló	Hóbor Nikolett
10:30	Callanetics	Tóth Mary
11:30	Alakformáló Starter	Krekács Ildikó
12:30	BodyART	Olaj Petra
13:30	Callanetics	Vargha Viktória
14:30	Pilates	Vargha Viktória
15:30	Alakformáló	Kovács Csilla
16:30	Alakformáló Starter	Szántó Ildikó
17:30	Alakformáló	Pais Petra
18:30	Gerinctréning	Kovács Csilla
19:30	Alakformáló	Farkas Roxána

Spinning!

8:15	Spinning	Makár Tamás
9:15	Spinning	Makár Tamás
10:15	Spinning	Rizmayer Beatrix
11:15	Spinning	Hóbor Nikolett
12:15	Spinning	Majoros Dóra
13:15	Spinning	Ézsiás Péter
14:15	Spinning	Ézsiás Péter
15:15	Spinning	Frei Hajnalka
16:15	Spinning	Pais Petra
17:15	Spinning	Frei Hajnalka
18:15	Spinning	Mohácsi Dorina
19:15	Spinning Starter	Szabó Bence

Vasárnap!

Club Royal!

8:00	Interval Mix	Lékó Zsanett
9:00	Alakformáló	Lékó Zsanett
10:00	Salsa Fitness	Szántó Ildikó
11:00	Alakformáló Body Control	Szántó Ildikó
12:00	Kettlebell	Kállai Etelka
13:00	Zumba	Kállai Etelka
14:00	Giryafit	Fischer Gábor
16:00	Retro Dance	Fehér Sándor
17:00	Hot Iron	Fehér Sándor
18:00	Alakformáló	Fehér Sándor
19:00	Alakformáló Capoeira	Farkas Roxána

Aerobik!

8:30	Alakformáló Starter	Suták Anett
9:30	Alakformáló	Mucsi Edina
10:30	Stretching	Mucsi Edina
11:30	Fanatic Jump	Varga Diana
12:30	Alakformáló	Szántó Ildikó
13:30	Senior Torna	Varga Diana
14:30	Fanatic Alak	Rizmayer Nikolett
15:30	Fanatic Jump	Rizmayer Beatrix
16:30	Kangoo	Krekács Ildikó
17:30	Gerinctréning	Kovács Csilla
18:30	Alakformáló	Kovács Csilla
19:30	Alakformáló	Székely Bernadett

TRX!

8:15	TRX	Pilisy Zsófia
9:15	Cross Training	Bikics Sándor
10:15	TRX	Bikics Sándor
11:15	FitFight	Bikics Sándor
12:15	TRX	Rábel Sándor
13:15	TRX Starter	Rábel Sándor
14:15	TRX	Farkas Roxána
15:15	TRX Starter	Tóth Richárd
16:15	TRX	Tóth Richárd
17:15	TRX Starter	Tóth Richárd
18:15	FitBox	Wekerle Gyula
19:15	FitBox	Wekerle Gyula

Balance!

8:00	Pilates	Szabó Niki
9:00	Gerinctréning	Szabó Niki
10:00	Pop Pilates	Simon Boglárka
11:00	Pilates	Kotrik Viktória
12:00	Gerinctréning	Kotrik Viktória
14:00	Alakformáló Starter	Krekács Ildikó
15:00	Gerinctréning	Krekács Ildikó
16:00	Party Fitness	Nagy Erika
17:00	Alakformáló	Pilisy Zsófia
18:00	Alakformáló	Nagy Erika
19:00	Stretching	Pilisy Zsófia

Move!

8:30	Stretching	Olaj Petra
9:30	Step Starter	Nagy-Matkó Tímea
10:30	Interval Mix	Nagy-Matkó Tímea
11:30	Alakformáló Starter	Nagy-Matkó Tímea
12:30	Gerinctréning	Pázmándi Nóra
13:30	Alakformáló Starter	Pázmándi Nóra
14:30	Callanetics	Tóth Mary
15:30	Alakformáló	Krizsa Tímea
16:30	Dinamikus Jóga	Sasvári Nikolett
17:30	Jóga-flow	Kovács Viktória
18:30	Alakformáló	Majoros Dóra
19:30	Alakformáló Body Control	Pais Petra

Spinning!

8:15	Spinning	Makár Tamás
9:15	Spinning	Makár Tamás
10:15	Spinning	Makár Tamás
11:15	Spinning	Makár Tamás
12:15	Spinning	Krizsa Tímea
13:15	Spinning	Krizsa Tímea
14:15	Spinning Starter	Szabó Bence
15:15	Spinning	Szabó Bence
16:15	Spinning Starter	Majoros Dóra
17:15	Spinning	Pais Petra
18:15	Spinning	Pais Petra
19:15	Spinning	Ézsiás Péter