

Nyílt nap órarend:

Szombat 2019. szeptember 14.

CLUB ROYAL TEREM

8:00 - Zumba - Nagy Erika
9:00 - Alakformáló - Lékö Zsanett
10:00 - Party Fitness - Cseh-Szakál Tibor
11:00 - Party Fitness - Cseh-Szakál Tibor
12:00 - Alakformáló Body Control - Szántó Ildikó
13:00 - Zumba - Angyal András
14:00 - Dance Aerobik - Koltai Mónika
15:00 - Alakformáló Body Control - Szántó Ildikó
16:00 - Stretching - Szántó Ildikó
17:00 - Salsa Fitness - Szántó Ildikó
18:00 - Alakformáló - Pais Petra
19:00 - Giryafit - Fischer Gábor

AEROBIK TEREM

8:00 - Alakformáló Starter - Krekács Ildikó
9:00 - Kangoo - Krekács Ildikó
10:00 - Alakformáló - Lékö Zsanett
11:00 - Fanatic Alak - Rizmayer Nikolett
12:00 - Alakformáló - Rizmayer Nikolett
13:00 - Fanatic Jump - Rizmayer Beatrix
14:30 - Alakformáló - Krizsa Tímea
15:30 - Alakformáló - Bajnok Dávid
16:30 - Fanatic Jump - Bajnok Dávid
17:30 - Zumba - Nagy Erika
18:30 - Alakformáló - Nagy Erika
19:30 - Kangoo - Szabó Alexandra
20:30 - Gerinctréning - Kovács Csilla

PERFORMANCE TEREM

8:15 - TRX - Tóth Richárd
9:15 - TRX Starter - Tóth Richárd
10:15 - Fitbox - Wekerle Gyula
11:15 - Cross Starter - Bikics Sándor
12:15 - Fittfight - Bikics Sándor
13:30 - Spartan - Tóth Richárd
14:30 - Interval Mix - Tóth Richárd
15:30 - TRX Starter - Pais Petra
16:30 - Cross - Bikics Sándor
17:30 - Fittfight - Bikics Sándor
18:30 - TRX Starter - Mucsi Edina
19:30 - TRX - Pilisy Zsófia
20:30 - TRX Starter - Fehér Ádám

SPINNING TEREM

8:15 - Spinning - Makár Tamás
9:15 - Spinning - Makár Tamás
10:15 - Spinning - Hóbor Nikolett
11:15 - Spinning - Nagy Hunor
12:15 - Spinning - Nagy Hunor
13:15 - Spinning - Majoros Dóra

15:00 - Spinning - Majoros Dóra
16:00 - Spinning - Krizsa Tímea
17:00 - Spinning - Pais Petra
18:00 - Spinning Starter - Szabó Bence
19:00 - Spinning - Simon Alexandra
20:00 - Spinning - Simon Alexandra

MOVE TEREM

8:30 - Alakformáló - Hóbor Nikolett
9:30 - Gerinctréning+Stretching - Szabó Nikolett
10:30 - Alakformáló - Szántó Ildikó
11:30 - Zumba - Weinmann Xénia
13:00 - Alakformáló Body Control - Nádas Nóra
14:00 - Callanetics - Tóth Mary
15:00 - Alakformáló - Farkas Roxána
16:00 - Dance Aerobik - Farkas Roxána
17:00 - Callanetics - Tóth Mary
18:00 - Alakformáló - Sárosi Vivien
19:00 - Alakformáló - Kovács Csilla

BALANCE TEREM

8:00 - Pilates - Kotrik Viktória
9:00 - Alakformáló Body Control - Éva Zsófi
10:00 - Gerinctréning - Krekács Ildikó
11:00 - Pilates - Szabó Nikolett
12:00 - Gerinctréning - Szabó Nikolett
13:00 - Stretching - Szabó Nikolett
14:00 - Gerinctréning+Stretching - Nádas Nóra
16:30 - Pilates - Olaj Petra
17:30 - DeepWORK - Pakucs Eta
18:30 - Jóga - Rubin Olivér
19:30 - BodyART - Pakucs Eta

IMPULSE TEREM

8:15 - Alakformáló - Weinmann Xénia
9:15 - Alakformáló - Sárosi Vivien
10:15 - Alakformáló - Erdős Éva
11:15 - Alakformáló - Tar Edit
12:15 - Gerinctréning - Baranyai Noémi
15:00 - Alakformáló - Erdős Éva
17:00 - Alakformáló Starter - Weinmann Xénia
18:00 - Alakformáló - Erdős Éva