

Nyílt nap órarend:

Vasárnap 2019. szeptember 15.

CLUB ROYAL TEREM

9:00 - Alakformáló - Lékó Zsanett
10:00 - Salsa Fitness - Szántó Ildikó
11:00 - Alakformáló Body Control - Szántó Ildikó
12:00 - Alakformáló - Szántó Ildikó
13:00 - Party Fitness - Nagy Erika
14:00 - Alakformáló - Rizmayer Nikolett
15:00 - Zumba - Angyal András
16:00 - Interval Mix - Tóth Richárd
17:00 - Gerinctréning - Kovács Csilla
18:00 - Retro Dance - Fehér Sándor
19:00 - Zumba - Nagy Erika

AEROBIK TEREM

8:30 - Alakformáló - Nagy Erika
9:30 - Alakformáló - Mucsi Edina
10:30 - Stretching - Mucsi Edina
11:30 - Fanatic Jump - Varga Diana
12:30 - Alakformáló - Varga Diana
14:00 - Alakformáló - Sárosi Vivien
15:00 - Fanatic Jump - Rizmayer Beatrix
16:00 - Kangoo - Krekács Ildikó
17:00 - Alakformáló - Krizsa Tímea
18:00 - Fanatic Jump - Varga Diana
19:00 - Alakformáló Body Control - Farkas Roxána
20:00 - Fanatic Jump - Bajnok Dávid

PERFORMANCE TEREM

8:15 - TRX Starter - Mucsi Edina
9:15 - Cross - Bikics Sándor
10:15 - TRX - Bikics Sándor
11:15 - Fittfight - Bikics Sándor
12:15 - TRX - Tóth Richárd
14:00 - Spartan - Tóth Richárd
15:00 - Cross Starter - Tóth Richárd
16:00 - TRX Starter - Pais Petra
17:00 - TRX - Rábel Sándor
18:00 - Cross - Rábel Sándor
19:00 - Fitbox - Wekerle Gyula
20:00 - TRX - Rábel Sándor

SPINNING TEREM

8:15 - Spinning - Makár Tamás
9:15 - Spinning - Makár Tamás
10:15 - Spinning - Makár Tamás
11:15 - Spinning - Makár Tamás
12:15 - Spinning - Makár Tamás
13:15 - Spinning - Nagy Hunor
15:00 - Spinning Starter - Szabó Bence
16:00 - Spinning - Krizsa Tímea
17:00 - Spinning - Pais Petra

18:00 - Spinning - Pais Petra
19:00 - Spinning Starter - Majoros Dóra
20:00 - Spinning - Simon Alexandra

MOVE TEREM

8:30 - BodyART - Olaj Petra
9:30 - Alakformáló - Pázmándi Nóra
10:30 - Gerinctréning - Pázmándi Nóra
11:30 - Alakformáló Starter - Matkó Tímea
13:00 - Callanetics - Tóth Mary
14:00 - Alakformáló - Varga Diana
15:00 - Callanetics - Tóth Mary
16:00 - Alakformáló - Pilisy Zsófia
17:00 - Stretching - Pilisy Zsófia
18:00 - Alakformáló - Kovács Csilla
19:00 - Alakformáló - Bajnok Dávid
20:00 - Dance Aerobik - Farkas Roxána

BALANCE TEREM

8:15 - Pilates - Szabó Nikolett
9:15 - Gerinctréning - Szabó Nikolett
10:15 - Pilates - Kotrik Viktória
11:15 - Gerinctréning+Stretching - Kotrik Viktória
12:15 - Gerinctréning - Kotrik Viktória
13:15 - BodyART - Heimer Viktória
14:30 - Gerinctréning - Krekács Ildikó
15:30 - Alakformáló Body Control - Éva Zsófi
16:30 - Alakformáló Starter - Majoros Dóra
17:30 - Yoga Flow - Kovács Viktória
18:30 - Dinamikus Jóga - Sasvári Nikolett

IMPULSE TEREM

8:00 - Alakformáló - Sárosi Vivien
9:00 - Alakformáló - Erdős Éva
10:00 - Alakformáló - Tar Edit
11:00 - Alakformáló Starter - Adamkó Szilvia
12:00 - Alakformáló - Adamkó Szilvia
13:00 - Alakformáló - Kovács Csilla
14:30 - Alakformáló - Erdős Éva
15:30 - Alakformáló - Nagy Matkó Tímea