


07.16. - 07.22.	HÉTFŐ		KEDD	SZERDA		CSÜTÖRTÖK		PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
7 - 8	Báder Gabka ALAKFORMÁLÓ	Janik Zsolt NŐI ÖNVÉDELEM	Bimbó Bea SPINRACING Kovács Gabi helyettesít	Bimbó Bea TRX Kovács Gabi helyettesít	Janik Zsolt NŐI ÖNVÉDELEM	Báder Gabka ALAKFORMÁLÓ		Kovács Gabi SPINNING		
8 - 9	Vágó Evelin GERINCTRÉNING		Vágó Evelin SPINKONDI	Pörzse Ildi ALAKFORMÁLÓ		Vágó Evelin SPINKONDI		Pörzse Ildi ALAKFORMÁLÓ	Pörzse Ildi KONDI 8:00-9:30	Pörzse Ildi KONDI STRETCHING 9:00-10:30
9 - 10	Pörzse Ildi ALAKFORMÁLÓ		Zentai Kati ALAKFORMÁLÓ Elmarad	Pörzse Ildi ALAKFORMÁLÓ		Hadics Annamária BODY TONING	Zentai Kati ALAKFORMÁLÓ			
10 - 11									Vörösmarty Edit GYÓGYTORNA	
11 - 12									Hadics Annamária BIKINI BODY Elmarad	
12 - 13			Hadics Annamária KONDI 12:15-13:15					Hadics Annamária ALAKFORMÁLÓ 12:15-13:15		
13 - 14										
14 - 16										
16 - 17										
17 - 18	Kovács Gabi ZSÍRÉGETŐ STEP	Janik Zsolt NŐI ÖNVÉDELEM 17:00-18:30	Kovács Gabi FUNKCIONÁLIS TRÉNING	Kovács Gabi ALAKFORM.		Kovács Gabi ZSÍRÉGETŐ STEP	Janik Zsolt NŐI ÖNVÉDELEM 17:00-18:30	Hadics Annamária KONDI Megyeri Hajni helyettesít	<p>Nyitva tartás: Hétfő: 7:00 - 22:00 Kedd: 7:00 - 22:00 Szerda: 7:00 - 22:00 Csütörtök: 7:00 - 22:00 Péntek: 7:00 - 22:00 Szombat: 8:00 - 18:00 Vasárnap: 8:00 - 21:00</p>  <p>Recepció telefonszám: +36 23 445 072 2040 Budaörs, Szabadság út 299.</p>	
18 - 19	Jobaházi Domokos TRX	Janik Zsolt AIKIDO 18:30-20:00	Kovács Gabi ZSÍRÉGETŐ STEP	Báder Gabka ZSÍRÉGETŐ		Báder Gabka TRX	Janik Zsolt AIKIDO 18:30-20:00	Hadics Annamária BIKINI BODY Megyeri Hajni helyettesít		
19-20	Vadai István BOX 19:00-20:30		Tóth Ildikó SPINNING Elmarad	Megyeri Hajni ALAKFORMÁLÓ Elmarad		Vadai István BOX 19:00-20:30		Tóth Ildikó SPINNING		
20-21	Czina.Kriszti DEEP WORK / BODY ART 20:30-22:00			Tóth Ildikó SPINNING Elmarad		Stella BODY ART 20:30-21:30				
21-22										