

ANDROMÉDA BUDAÖRS SPORTCENTRUM CSOPORTOS ÓRÁK

01.22. - 01.28.	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
7 - 8	Báder Gabka ALAKFORMÁLÓ	Kovács Gabi SPINNING	Bimbó Bea TRX	Báder Gabka ALAKFORMÁLÓ	Bimbó Bea SPINRACING		
8 - 9	Vágó Evelin GERINCTRÉNING	Vágó Evelin SPINKONDI	Pörzse Ildi ALAKFORMÁLÓ Kovács Andi helyettesít	Vágó Evelin SPINKONDI	Pörzse Ildi ALAKFORMÁLÓ Kovács Andi helyettesít	Pörzse Ildi KONDI 8:00-9-30 Kovács Andi helyettesít	Pörzse Ildi KONDI STRETCHING 9:00-10:30
9 - 10	Pörzse Ildi ALAKFORMÁLÓ Kovács Andi helyettesít	Zentai Kati ALAKFORMÁLÓ	Pörzse Ildi ALAKFORMÁLÓ Kovács Andi helyettesít	Bacsó Kriszti MÉLYIZOM TORNA	Zentai Kati ALAKFORMÁLÓ		
10 - 11							
11 - 12							
12 - 13		Hadics Annamária KONDI 12:15-13:15			Hadics Annamária ALAKFORMÁLÓ 12:15-13:15	Vörösmarty Edit GYÓGYTORNA	
13 - 14							
14 - 16							
16 - 17	Hadics Annamária M.A.X.			Hadics Annamária M.A.X.			
17 - 18	Kovács Gabi ZSÍRÉGETŐ STEP	Suha Dóri CROSS-FIT	Kovács Gabi ALAKFORMÁLÓ	Kovács Gabi ZSÍRÉGETŐ STEP	Suha Dóri SPINKONDI	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  Recepció telefonszám: +36 23 445 072 2040 Budaörs, Szabadság út 299.	
18 - 19	Jobaházi Domokos TRX	Suha Dóri ALAKFORMÁLÓ	Báder Gabka ZSÍRÉGETŐ	Báder Gabka TRX	Suha Dóri ALAKFORMÁLÓ		
19-20	Vadai István BOX 19:00-20:30	Tóth Ildikó SPINNING	Báder Gabka ALAKFORMÁLÓ	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	Tóth Ildikó SPINNING	Stella BODY ART 20:30-21:30			
21-22							

A változtatás jogát fenntartjuk!

Spinning és TRX órákra előzetes bejelentkezés szükséges a recepción.
A szolgáltatások igénybevétele a Házirend egyidejűleg történő elfogadását jelenti!