

THÖKÖLY ÚTI GIMNASZTIKA ÓRAREND

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
07.00-07.30						
07.30-08.00		Gerinctorna (Eszter)		Gerinctorna (Eszter)		
08.00-08.30						
08.30-09.00		TRX gerinc (Eszter)		TRX force (Eszter)		
09.00-09.30						
09.30-10.00						
09.00-09.30						
17.00-17.30						
17.30-18.00	Gerinctorna (Tíme)	Gerinctorna (András)	Gerinctorna (Tíme)	Gerinctorna (András)	Gerinctorna (Eszter)	
18.00-18.30						
18.30-19.00	TRX gerinc (Tíme)	TRX gerinc (András)	TRX gerinc (Tíme)	TRX gerinc (András)	Pilates (Eszter)	
19.00-19.30						
19.30-20.00		TRX force (András)		TRX force (András)		
20.00-20.30						