

## ÓRAREND NAGYTEREM



IDŐ	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
07.00-08.00	KARI Dance step		KARI Alakformáló		KARI Dance step		
08.00-09.00	KARI Alakformáló	BLANKA Zsirégető	KARI Dance step	BLANKA Zsirégető	KARI Alakformáló		
09.00-10.00		SZATYI Pilates 9.30-11.00	KARI Spin Cross Over	KRISZTI Pilates 9.30-11.00		ÁGI Alakformáló 9.00-10.30	KRISZTI Alak + stretching 9.00-10.30
10.00-11.00							
11.00-12.00							
15.00-16.00		ANDI Jóga 19.30-ig					
16.00-17.00						ZSUZSI Has-fenek-comb gerinctréning 16.00-17.30	
17.00-18.00	KARI Tartásjavító gerinctréning	17.30-19.00 ANDI Jóga	ZSUZSI Has-fenek-comb	KARI Tartásjavító gerinctréning	ZSUZSI Has-fenek-comb		
18.00-19.00	KRISZTI Alakformáló	ANDI Jóga	KARI TRX	KARI Alakformáló	KARI TRX 19.30-ig		
19.00-20.00	KRISZTI Pilates	ÁGI Kritikus zónák	KARI Alakformáló	ÁGI Alakformáló	ANDI Csípőnyújtó és vállnyitó jóga 19.30-20.30		
20.00-21.00	ANDRIS Zumba		ANDRIS Zumba				

## ÓRAREND KISTEREM



IDŐ	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
07.00-08.00							
08.00-09.00							
09.00-10.00						KARI Spinracing	KRISZTIÁN Spinning
10.00-11.00		BAGOLY Baba - mama torna		BAGOLY Baba - mama torna			
11.00-12.00		BAGOLY Kismama torna relaxációval		BAGOLY Kismama torna relaxációval			
15.00-16.00							
16.00-17.00							
17.00-18.00				17.30-19.00 ANDI Hot jóga			
18.00-19.00	KARI Spinracing	18.00-19.30 KRISZTIÁN* Spinning		ANDI Hot jóga	KRISZTIÁN Spinning		
19.00-20.00	VIKI Full Body	KINGA* Spinning	VIKI Full Body	KARI Spinracing	VIKI Full Body		
20.00-21.00	IMRE Fitbox		KARI Spin Cross Over		IMRE Fitbox		

Web: [www.cornerfitness.hu](http://www.cornerfitness.hu) Tel: +36 1 363 1046, +36 20 380 6435 Email: [cornerfitness@gmail.com](mailto:cornerfitness@gmail.com)

AZ ÓRAREND VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

\*Páros héten Kinga 19.00-20.00-ig, páratlan héten Krisztián 18.00-19.30-ig tartja az órát

## ÓRAREND FUNKCIONÁLIS TEREM



IDŐ	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
07.00-08.00							
08.00-09.00							
09.00-10.00							
10.00-11.00						VIKI - ATTILA Cross training	
11.00-12.00							
15.00-16.00							
16.00-17.00							
17.00-18.00	VIKI Cross training						
18.00-19.00			VIKI Súlyemelés				
19.00-20.00	KARI TRX köredzés						
20.00-21.00		VIKI - ATTILA Cross training 21.30-ig		ATTILA Cross training 21.30-ig			

Web: [www.cornerfitness.hu](http://www.cornerfitness.hu) Tel: +36 1 363 1046, +36 20 380 6435 Email: [cornerfitness@gmail.com](mailto:cornerfitness@gmail.com)

AZ ÓRAREND VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!