

JÓGATEREM ÓRAREND 10.20. - 10.26.

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
9:00	9:00-10:00 SCHILLER-CSÁNYI LUCA Senior gyógytorna						
9:30		9:30-11:00 ROMÁN JUDIT Iyengar jóga 1-2. Kerülj harmóniába	9:30-11:00 ROMÁN JUDIT Női jóga Iyengar módszerrel				
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	16:15-17:15 PRÁGER ANNA Gyerekjógá						
16:30							
17:00							
17:30	17:30-19:00 GARAI VALI Iyengar jóga 1. A mozgás örömeért (HU/EN)	17:30-19:00 SZOYKA ENIKŐ Iyengar jóga 1-2. Mindenkinek	17:30-19:00 SZOYKA ENIKŐ Senior jóga				18:00-19:30 *** SZOYKA ENIKŐ Női jóga 50 felett
18:00							
18:30							
19:00							
19:30	19:15-20:45 PRÁGER ANNA Női jóga	19:15-20:45 HAVASI SÁNDOR Hatha jóga	19:15-20:45 TÓTH ILDI Iyengar jóga	19:15-20:45 HAVASI SÁNDOR Hatha jóga	19:15-20:45 KOSZTIN EMESE Gerincfókuszú Hatha jóga		
20:00							
20:30							
21:00							

GARÁZS ÓRAREND 10.20. - 10.26.

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
10:00		10:00-11:30 HAVASI SÁNDOR Gerincjógá		10:00-11:30 HAVASI SÁNDOR Gerincjógá			
10:30							
11:00							
17:30	17:30-18:45 GLOVICZKI BALÁZS Tajcsi		17:30-18:45 GLOVICZKI BALÁZS Tajcsi				
18:00							
18:30							
19:00	19:00-20:30 KOVALIK ORSOLYA Hatha jóga	19:15-20:45 TÓTH ILDI Jóga az alapoktól 5/2. alkalom	19:15-20:45 CZEIZLER KRISZTINA Őszi kezdő jógatanfolyam 7/3. alkalom				
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							

*** A csillaggal jelölt óráinkra bejelentkezés szükséges!