

STÜDYO 1

SAAT	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
11:00-11:50	PİLATES (SEVDE)	CARRERABOARD (SEVDE)	PİLATES (ARZU)	PİLATES (NİLSU)	PİLATES (NURGÜL)		
11:30-12:20						PİLATES (HANİFE)	PİLATES (BÜŞRA)
12:30-13:20	YOGA (ECEM)	JUMPİNG FITNESS (SEVDE)	YOGA (ECEM)	JUMPİNG FITNESS (SEVDE)	YOGA (ECEM)	JUMPİNG FITNESS (NİLSU)	LEGS&GLUTE (NURGÜL)
13:30-14:20	ZUMBA (ARZU)				ZUMBA (ARZU)	STRECHİNG (NİLSU)	
14:30-15:20		TABATA (KADİR)					
17:30-18:20		LEGS&GLUTE (NURGÜL)					
18:30-19:20	PİLATES (ARZU)	CRUNCH (BATUHAN)	CARRERABOARD (SEVDE)	TABATA (SEVDE)	ABS&LEGS (SEVDE)		
19:30-20:20	METABURN (ÇAĞATAY)	FUNCTIONAL TRAINING (YILMAZ)	PİLATES (NİLSU)	PİLATES (YILMAZ)	TABATA (KADİR)		
20:30-21:20	FİT FUN POWER (BERKAY)	KICK BOX (AHMET)	JUMPİNG FITNESS (SEVDE)	YOGA (ECEM)	FUNCTIONAL TRAINING(SERCAN)		

STÜDYO 2

SAAT	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
11:00-11:50						TAEKWONDO 5-8 YAŞ GRUP DERSİ	TAEKWONDO 5-8 YAŞ GRUP DERSİ
12:00-12:30				STRECHİNG (NİLSU)			
12:00-12:50	ANTİGRAVİTY-BAŞLANGIÇ-ORTA (BÜŞRA)	ANTİGRAVİTY ORTA-İLERİ SEVİYE (BÜŞRA)				TAEKWONDO 9-12 YAŞ GRUP DERSİ	TAEKWONDO 9-12 YAŞ GRUP DERSİ
13:00-13:50						TAEKWONDO 12-15 YAŞ GRUP DERSİ	TAEKWONDO 12-15 YAŞ GRUP DERSİ
13:30-14:00		STRECHİNG (SERCAN)					
14:00-14:50	CRUNCH&BURN (KADİR)					EĞİTSEL OYUNLAR (KADİR)	ÇOCUK YOGASI (NURGÜL)
15:00-15:50						ÇOCUK CİMNASTİĞİ(BERKAY)	ÇOCUK CİMNASTİĞİ (BERKAY)
16:00-16:50		TAEKWONDO YETİŞKİN ÖZEL DERS (OSMAN)		TAEKWONDO YETİŞKİN ÖZEL DERS			
18:00-18:30	DYNAMIC STRECHİNG (KADİR)						
17:30-18:20			CRUNCH&BURN (BÜŞRA)				
18:30-19:20	TRX (BATUHAN)	TRX (GÖRKEM)	TRX (AYKUT)				
19:30-20:20		4D PRO (BATUHAN)	FİT FUN POWER (BERKAY)	ANTİGRAVİTY ORTA-İLERİ SEVİYE (BÜŞRA)	ANTİGRAVİTY BAŞLANGIÇ ORTA SEVİYE (NİLSU)		
20:30-21:20	ZUMBA (ARZU)	YOGA (ECEM)	ANTİGRAVİTY (NİLSU)	STRECHİNG (KADİR)			

SPINNING

SAAT	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
11:00-11:50							
12:00-12:50	AYKUT	ARDA	GÖRKEM	BATUHAN	BERKAY		
13:00-13:50						GÖRKEM	YAVUZ
18:30-19:20	ARDA	YAVUZ		BERKAY	NİLSU		
19:30-20:20	BATUHAN	GÖRKEM		ARDA			
20:30-21:20	NİLSU	AYKUT	AYKUT				