

Týždenný plán kondičiek a wellnes od 31.10.2022

Hodina	Pondelok	Utorok	Streda	Štvrtok	Piatok	Sobota	Nedeľa
06,00 - 07,00							
07,00 - 08,00		PM: DIPLOMAT aréna posilovňa		PM: DIPLOMAT aréna posilovňa			
08,00 - 09,00							
09,00 - 10,00							
10,00 - 11,00							
11,00 - 12,00							
12,00 - 13,00							
13,00 - 14,00							
14,00 - 15,00							
15,00 - 16,00	PM: žiaci (+ veľký): 15,15 - 16,45			PM: veľký 15,00 -16,30			
16,00 - 17,00			PM: žiaci 15,45 -17,15				
17,00 - 18,00	PM: veľký 16,45 -18,15	PM: Green 16,30 - 17,30	PM: Green 17,15 - 18,15				
18,00 - 19,00		ESPLANADE wellness pre CTM + 1 tréner					
19,00 - 20,00							
20,00 - 21,00							
21,00 - 22,00							
22,00 - 23,00							