

Teknős Vanda rendelési ideje

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
14:00-14:30 Gyenge Gerinc kis csoport	08:30-09:00 Fekvő Váll kis csoport	14:00-14:30 Gyenge Gerinc kis csoport	08:30-09:00 Fekvő Váll kis csoport	14:00-14:30 Gyenge Gerinc kis csoport
14:55-15:55 Egyéni tornák	09:25-10:25 Gerinc kis csoport	14:55-15:55 Egyéni tornák	09:25-10:25 Gerinc kis csoport	14:55-15:55 Egyéni tornák
16:20-16:50 Térd kis csoport	10:25-11:25 Egyéni torna	16:20-16:50 Térd kis csoport	10:25-11:25 Egyéni torna	16:20-16:50 Térd kis csoport
17:20-17:50 Nyak-váll kis csoport	11:25-12:00 Parkinson	17:20-17:50 Nyak-váll kis csoport	11:25-12:00 Parkinson	17:20-17:50 Nyak-váll kis csoport
18:15-19:00 Térd kis csoport	12:00-12:30 Légzőtorna	18:15-19:00 Térd kis csoport	12:00-12:30 Légzőtorna	18:15-19:00 Térd kis csoport
	12:30-13:10 Egyéni tornák		12:30-13:10 Egyéni tornák	