

**2024-2025 tanév - II. félév
Testnevelés**

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK			
8.-9.						8.-9.		
9.-10.						9.-10.		
10.-11.				Core workout, (The Athlete Centre Csíkszereda)		10.-11.		
11.-12.		Fitness (Atlas Gym)		Fitness (Atlas Gym)	Funkcionális edzés, (The Athlete Centre Csíkszereda)	11.-12.		
12.-13.								12.-13.
13.-14.			RideMore trambulín (RideMore Center)			13.-14.		
14.-15.	RideMore trambulín (RideMore Center)	Jóga Flow (Spirál Stúdió)	Core workout, (The Athlete Centre Csíkszereda)	Kondíció edzés, (The Athlete Centre Csíkszereda)	Jóga Flow (Spirál Stúdió)	RideMore trambulín (RideMore Center)	14.-15.	
15.-16.	Falmászás (Stone Age)	Tartásjavító gerinctréning (Spirál Stúdió)	Kondíció edzés, (The Athlete Centre Csíkszereda)	Funkcionális edzés, (The Athlete Centre Csíkszereda)	Falmászás (Stone Age)	Tartásjavító gerinctréning (Spirál Stúdió)	Falmászás (Stone Age)	15.-16.
16.-17.							16.-17.	
17.-18.							17.-18.	
18.-19.							18.-19.	
19.-20.			Kosárlabda (Eröss Zsolt sportcsarnok)	Labdarúgás/Kosárlabda (Eröss Zsolt sportcsarnok)			19.-20.	
20.-21.		Labdarúgás (Eröss Zsolt sportcsarnok)					19.-20.	