

DE Sporttudományi Koordinációs Intézet Böszörményi úti Campus
ÓRAREND 2017/2018 I. félév

	Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
08.00.-08.30.	Asztalitenisz-tollaslabda Nagy Gábor	Gerinctorna Czóbelné M. Kata	Asztalitenisz-tollaslabda Nagy Gábor	Alakformáló aerobik Ábrók Anita		Testépítés Czóbelné M. Kata	Kosárlabda Póserné K. Mariann		Alakformáló aerobik Ábrók Anita	
08.30.-09.00.										
09.00.-09.30.										
09.30.-10.00.										
10.00.-10.30.	Kézilabda Leiter Imre	Testépítés (konditerem) Nagy Gábor	Asztalitenisz-tollaslabda Nagy Gábor	Gerinctorna Czóbelné M. Kata	Torna Nagy Gábor	Floorball Czóbelné M. Kata			Asztalitenisz-tollaslabda Nagy Gábor	Floorball Czóbelné M. Kata
10.30.-11.00.										
11.00.-11.30.										
11.30.-12.00.		Testépítés (konditerem) Póserné K. Marian	Kendo		Kosárlabda Czóbelné M. Kata		Testépítés Czóbelné M. Kata	Labdarúgás Nagy Gábor	Kondicionálás- TRX férfi Nagy Gábor	Kosárlabda Czóbelné M. Kata
12.00.-12.30.										
12.30.-13.00.										
13.00.-13.30.		Röplabda Póserné K. Marian				Labdarúgó szakcsop. Nagy Gábor		Floorball Czóbelné M. Kata	Asztalitenisz-tollaslabda Nagy Gábor	
13.30.-14.00.										
14.00.-14.30.										
14.30.-15.00.	Aerobik tae-bo Ábrók Anita	Wellness Póserné K. Marian			Aerobik step Ábrók Anita	Kondicionálás- TRX férfi Nagy Gábor	Testépítés Czóbelné M. Kata	Aerobik köredzés Ábrók Anita		
15.00.-15.30.										
15.30.-16.00.										