



ŠPORT LJUBLJANA

# KOPALIŠČE TIVOLI – FITNES TIVOLI

Urnik vodenih vadb velja od 16.9.2019

Prijave na (01) 430 66 67, 041 600 941 ali osebno na recepciji fitnesa.

## Priprava na maraton

	TOR		ČET
18.30 20.00	TEKAŠKA VADBA (Martin)	18.30 20.00	TEKAŠKA VADBA (Martin)

## Veliki bazen

	SRE
20.30 21.30	VADBA V BAZENU od 2.10.

## Plesna dvorana

	PON	TOR	SRE	ČET	PET	NED
8.00		JOGA (Simona)				
9.00	PILATES (Zala)				PILATES (Zala)	
10.00			PILATES (Ema)	PILATES (Ema)	JOGA (Simona)	
15.30	PILATES (Asja)					
17.00		METABOLIC (Asja)		METABOLIC (Asja)		
18.00						JOGA (Dejan) 90 min ob 18.00
19.00			TNZ (Ema)			
20.00			PILATES (Ema)		PILATES (Asja) od 4.10.	

## Fitnes dvorana

	PON	TOR	SRE	ČET	PET	NED
6.30	JUTRANJI FIT (Aljaž)	BOOT CAMP (Tina) od 1.10.	JUTRANJI FIT (Aljaž)	BOOT CAMP (Tina) od 3.10.		
8.00	BOOT CAMP (Maruša)		KARDIO PUMP (Maruša)	SENIORJI (Nika) od 10.10.	KARDIO PUMP (Maruša)	
9.00		TNZ (Nika)	TNZ (Ema)	TNZ (Ema)		
10.00	TNZ (Nika)	SENIORJI (Nika) od 8.10.				
18.00						Boot Camp (Asja)
18.30					TNZ (Asja) od 4.10.	TNZ (Asja)
19.00					BOOT CAMP (Maruša)	
19.30	TNZ (Asja)		BOOT CAMP (Maruša)	TNZ (Asja)		
20.00		TNZ (Nika) od 1.10.				
20.30	BOOT CAMP (Maruša)					
21.00						

Pridržujemo si pravico do spremembe urnikov vodenih vadb.

Minimalno število prijavljenih na posamezno vadbo, da vadbo še izvedemo, so tri osebe.

Maksimalno število prijavljenih na posamezno vadbo je petindvajset oseb. Prednost do obiska imajo vsi prijavljeni.