



ŠPORT LJUBLJANA

# Gimnastični Center Ljubljana FITNES VIČ

Urnik vodenih vadb velja od 7.1.2019

## Fitnes dvorana (2.nadstropje)

	PON	TOR	SRE	ČET	PET	NED
6.30	<b>TEKAŠKA VADBA</b> (Martin) 90 min	<b>PRIPRAVA NA SMUČANJE</b> (Aljaž) 60 min		<b>PRIPRAVA NA SMUČANJE</b> (Aljaž) 60 min	<b>TEKAŠKA VADBA</b> (Martin) 90 min	
8.00	<b>BOOT CAMP</b> (Tina)	<b>KARDIO PUMP</b> (Tina)	<b>BOOT CAMP</b> (Tina)	<b>KARDIO PUMP</b> (Tina)	<b>BOOT CAMP</b> (Tina)	
9.00	<b>SENIORJI</b> (Polona S.)	<b>PILATES</b> (Iza)	<b>SENIORJI</b> (Polona S.)	<b>PILATES</b> (Polona)		
16.00						
16.30	<b>AFTER WORK</b> Začetek 21.1. (Sandra)		<b>AFTER WORK</b> Začetek 21.1. (Sandra)		<b>TNZ</b> (Nina)	
17.00		<b>FIT COCKTAIL</b> (Viktorije)		<b>VADBA ZA MOBILNOST</b> (Iza L.)		<b>FIT COCKTAIL</b> (Viktorije)
17.30	<b>PILATES</b> (Valentina)		<b>PILATES</b> (Valentina)			
18.00		<b>METABOLIC</b> 45 min (Iza L.)		<b>METABOLIC</b> 45 min (Iza L.)	<b>JOGA</b> (Dejan) 90min	
18.30	<b>TNZ</b> (Nina)		<b>TNZ</b> (Mateja)			<b>PILATES</b> (Tina)
19.00		<b>BOOT CAMP</b> (Iza L.)		<b>BOOT CAMP</b> (Iza L.)		
19.30	<b>KARDIO PUMP</b> (Katarina)		<b>KARDIO PUMP</b> (Katarina)		<b>FIT COCKTAIL</b> (Viktorije)	<b>KARDIO PUMP</b> (Tina)
20.00		<b>JOGA</b> (Dejan) 90min		<b>ZUMBA</b> (Urša)		
20.30	<b>ZUMBA</b> (Urša)		<b>ZUMBA</b> (Urša)			
21.00						
21.30						

Pridržujemo si pravico do spremembe urnikov vodenih vadb.

**Prijave na 059 179 270 ali osebno na recepciji fitnesa.**

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.