

# Nyílt Nap Regisztráció

## MOZDULJ RÁNK!

### 2015.november 15.

Vezeték név:	
Kereszt név:	
Születési évszám:	
Email cím:	
Telefonszám:	
Regisztrációd dátuma:	

\*Adataidat a Centrum Sport és Szabadidő Központ bizalmasan kezeli, kizárólag belső felhasználásra, a Nyílt Nap lebonyolításáig veszi igénybe.

## Mely órán szeretnél részt venni:

(Amennyiben a helyek már beteltek, az email címed alapján értesíteni tudunk erről és az egyéb órán lévő szabad helyekről)

EMELETI EDZŐTEREM	FÖLDSZINT – 3-AS PÁLYA	
Napindító dinamikus jóga 10:30	Gymstick 10:45	
Gerinctréning 11:30	Köredzés 11:45	
Spinning 12:30	SMR henger masszáz 12:45	
Pilates 13:30	Köredzés 13:45	
Gymstick 14:30	CORE stabilizáció 14:45	
	Stretching / Nyújtás 15:40	

Fallabda / Squash	Időpont:	
Bowling	Időpont:	

**CENTRUM Sport és Szabadidő Központ**  
BOWLING \* SQUASH \* SPINNING \* GYMSTICK \* TRX " Gerinctréning "  
Funkcionális - Interval. \* Yoga \* Pilates  
Nyitva Tartás: hétfő-szombat 15.00-22.00 vasárnap 10.00-19.00