



ŠPORT LJUBLJANA

Gimnastični Center Ljubljana

FITNES VIČ

Urnik vodenih vadb velja od 21.9.2020

TEKAŠKA VADBA

	PON
6.30 – 8.00	TEKAŠKA VADBA (Martin)

Fitnes dvorana (2.nadstropje)

	PON	TOR	SRE	ČET	PET	NED
6.30		JUTRANJI FIT (Aljaž) 60 min		JUTRANJI FIT (Aljaž) 60 min		
8.00	BOOT CAMP (Tina)	KARDIO PUMP (Tina)	BOOT CAMP (Tina)	KARDIO PUMP (Tina)	BOOT CAMP (Tina)	
9.00	SENIORJI (Polona S.)	PILATES (Tina/Nina)	SENIORJI (Polona S.)	PILATES (Polona)		
16.00				AFTER WORK (Nastja)	PILATES (Nina)	
16.30	AFTER WORK (Tina)		AFTER WORK (Tina)			
17.00		AFTER WORK (Tim)		VADBA ZA MOBILNOST (Nastja)	TNZ (Nina)	
17.30	PILATES (Nina)		PILATES (Mateja)			
18.00		METABOLIC 45 min (Tim)		METABOLIC 45 min (Monika)	JOGA (Dejan) 90min	
18.30	TNZ (Nina)		TNZ (Mateja)			KARDIO PUMP (Tina)
19.00		BOOT CAMP (Tim)		BOOT CAMP (Monika)		
19.30	KARDIO PUMP (Nastja)		KARDIO PUMP (Neja)			PILATES (Tina)
20.00		JOGA (Dejan) 90min		ZUMBA (Lucija)		
20.30	ZUMBA (Lucija)					
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 petnajst oseb. Prednost do obiska imajo vsi prijavljeni.