

TESTNEVELÉS ÓRAREND

1034 BUDAPEST III., DOBERDÓ U. 6.

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	Szombat
08:00 - 09:40	Molnár Sándor		Molnár Sándor	Bahor Zsolt/Őri Gergely	Bahor Zsolt	
	KONDITIONÁLÁS		Röplabda	EVEZÉS/ASZTALITENISZ	RÖPLABDA	
	15 fő 26-D-KO-N-K		15 fő 38-D-RL-N-K	20/20 fő 43-NSZ-EV-N-K/16-D-AT-N-K	20 fő 51-D-RL-N-K	
09:50 - 11:30	Molnár Sándor	Vadász Levente	Molnár Sándor/Őri Gergely	Bahor Zsolt/Vadász Levente/Őri Gergely	Bahor Zsolt	
	LABDARÚGÁS	RÖPLABDA	KONDITIONÁLÁS/ ASZTALITENISZ	EVEZÉS/FLOORBALL/ KONDITIONÁLÁS	ASZTALITENISZ	
	20 fő 27-D-LR-N-K	20 fő 32-D-RL-N-K	20/20 fő 39-D-KO-N-K/12-D-AT-N-K	20/20/15 fő 44-NSZ-EV-N-K/45-D-FB-N-K/ 17-D-KO-N-K	20 fő 52-D-AT-N-K	
11:40 - 13:20	Molnár Sándor	Molnárné Pajor Bea/Vadász Levente	Molnár Sándor/Őri Gergely	Bahor Zsolt/Vadász Levente	Bahor Zsolt	
	FITTSÉG MÉRÉS	KONDITIONÁLÁS/ KOSÁRLABDA	KOSÁRLABDA/KONDITIONÁLÁS/ SZABADIDŐSPORT	KONDITIONÁLÁS/ ASZTALITENISZ	KONDITIONÁLÁS	
	20 fő 28-D-FM-N-K	20/20 fő 33-D-KO-N-K/34-D-KL-N-K	20/15/200 fő 40-D-KL-N-K/13-D-KO-N-K/21-D-SZSP-L-K	15/20 fő 46-D-KO-N-K/47-D-AT-N-K	15 fő 53-D-KO-N-K	
13:30 - 15:10	Molnár Sándor	Molnárné Pajor Bea/Vadász Levente	Molnár Sándor/Őri Gergely	Bahor Zsolt/Vadász Levente	Bahor Zsolt	
	ASZTALITENISZ	GYÓGYTESTNEVELÉS/ KONDITIONÁLÁS	ASZTALITENISZ/LABDARÚGÁS	FUTÁS- KOCO GÁS/LABDDARÚGÁS	TÚRÁZÁS	
	20 fő 29-D-AT-N-K	20 fő/20 35-D-GYT-N-K/31-D-KO-N-K	20/20 fő 41-D-AT-N-K/14-D-LR-N-K	30/20 fő 48-D-FUKO-N-K/49-D-LR-N-K	30 fő 54-D-TU-N-K	
15:20 - 17:00	Molnár Sándor	Molnárné Pajor Bea	Molnár Sándor	Bahor Zsolt	Bahor Zsolt	
	FUTÁS	ASZTALITENISZ	FUTÁS-KOCO GÁS	TÚRÁZÁS	TÚRÁZÁS	
	20 fő 30-D-FU-N-K	20 fő 36-D-AT-N-K	20 fő 42-D-FUKO-N-K	30 fő 50-D-TU-N-K	30 fő 55-D-TU-N-K	
17:05- 18:40		Molnárné Pajor Bea 12 fő 37-D-AT-N-K				
20:00-21:30			Őri Gergely FÉRFI VERSENY KOSÁRLABDA			
			20 fő			
			15-TCS-KL-N-K			