

TESTNEVELÉS ÓRAREND

1084 BUDAPEST VIII., TAVASZMEZŐ U. 17.

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
08:00 - 09:40	Kleczli Csaba/Zink Viktória/Borkovits Zoltán	Borkovits Zoltán/Hönig László	Hönig László	Hönig László/Hiervarter Ákos	Borkovits Zoltán/Hiervarter Ákos
	FUTÁS/KONDITIONÁLÁS/ SZABADIDŐSPORT	ASZTALITENISZ/ SZABADIDŐSPORT	ASZTALITENISZ	LABDARÚGÁS/FITTSÉG MÉRÉS	LABDARÚGÁS/KONDITIONÁLÁS
	50/15/200 fő 64-MSZ-FU-N-K/65-T-KO-N-K/66-T-SZSP-L-K	20/200fő 76-T-AT-N-K/77-T-SZSP-L-K	20 fő 87-T-AT-N-K	20/30 fő 99-T-LR-N-K/100-T-FM-N-K	20/30 fő 107-T-LR-N-K/108-T-KO-N-K
09:50 - 11:30	Kleczli Csaba/Zink Viktória	Borkovits Zoltán	Hönig László/Hiervarter Ákos	Hönig László/Erdős János	Borkovits Zoltán/Hiervarter Ákos
	KERÉKPÁROZÁS/TOLLASLABDA	ASZTALITENISZ	ASZTALITENISZ/KONDITIONÁLÁS	KONDITIONÁLÁS/KÜZDŐSPORT	LABDARÚGÁS/EGYETEMI SPORTRENDEZVÉNYEK
	50/15 fő 67-MSZ-KE-N-K/68-T-TL-N-K	20 fő 78-T-AT-N-K	20/40 fő 88-T-AT-N-K/89-T-KO-N-K	15/40 fő 101-T-KO-N-K/102-T-KS-N-K	20/100 fő 109-T-LR-N-K/110-T-ES-N-K
11:40 - 13:20	Kleczli Csaba/Zink Viktória	Borkovits Zoltán	Hönig László	Erdős János/Hönig László	Borkovits Zoltán
	KONDITIONÁLÁS/ALAKFORMÁLÓ TORNA	LABDARÚGÁS	LABDARÚGÁS	KÜZDŐSPORT/KONDITIONÁLÁS	ASZTALITENISZ
	20/20 fő 69-T-KO-N-K/70-T-AFT-N-K	20 fő 79-T-LR-N-K	20 fő 90-T-LR-N-K	40/15 fő /103-T-KS-N-K/104-T-KO-N-K	20 fő 111-T-AT-N-K
13:30 - 15:10	Zink Viktória/Kleczli Csaba/Hiervarter Ákos	Borkovits Zoltán/Hiervarter Ákos/Kleczli Csaba/Hiervarter Ákos	Hönig László	Hönig László/Őri Gergely	Borkovits Zoltán
	JÓGA/FITTSÉG MÉRÉS/VERSENYSPORT	LABDARÚGÁS/KONDITIONÁLÁS/KE- RÉKPÁROZÁS/SZABADIDŐSPORT	RÖPLABDA csapatjáték haladóknak	LABDARÚGÁS/KONDITIONÁLÁS	KONDITIONÁLÁS
	20/30/300 fő 71-T-JO-N-K/72-T-FM-N-K/73-T-VS-N-K	20/40/50/400 fő 80-T-LR-N-K/81-T-KO-N-K/82-MSZ- KE-N-K/83-T-SZSP-L-K	18 fő 91-T-RL-N-K	20/15 fő 105-T-LR-N-K/18-T-KO-N-K	30 fő 112-T-KO-N-K
15:20 - 17:00	Zink Viktória	Kleczli Csaba	Hönig László	Őri Gergely	Borkovits Zoltán
	FUTÁS	FUTÁS	TELJESÍTMÉNYTÚRA	FÉRFI KOSÁRLABDA HALADÓKNAK	FITTSÉG MÉRÉS
	40 fő 74-VL-FU-N-K	40 fő 84-MSZ-FU-N-K	100 fő 92-T-TT-N-K	18 fő 19-T-KL-N-K	30 fő 113-T-FM-N-K
17:05-18:40			Hönig László/Borkovits Zoltán	Őri Gergely	
			TELJESÍTMÉNYTÚRA/FITTSÉG MÉRÉS	NŐI KOSÁRLABDA HALADÓKNAK	
			100/30 fő 93-T-TT-N-K/94-T-FM-N-K	18 fő 20-T-KL-N-K	
18:45:20:20		Zink Viktória			
		FUTÁS			
		40 fő 85-VL-FU-N-K			
19:35-21:10	Erdős János	Erdős János		Erdős János	
	KÜZDŐSPORT	KÜZDŐSPORT		KÜZDŐSPORT	
	40 fő 75-T-KS-N-K	40 fő 86-T-KS-N-K		40 fő 106-T-KS-N-K	