

### 3. K hét (november 06-10.)

| 1. Csoport Fiú | hétfő              | kedd                                  | szerda                            | csütörtök | péntek |
|----------------|--------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|-----------|--------|
| 8.00 - 9:30    |                    | Kötélugrás / E terem                  |                                   |           |        |
| 9:30 -11.00    | Showtánc / Barak 2 |                                       | 9.00-10.30 Láb toll / Külső terem |           |        |
| 11.00 -12:30   |                    | Lézerharc / Grund                     |                                   |           |        |
| 12:30 -14.00   |                    | 13.30-15.00 Gyorstollas / Külső terem |                                   |           |        |
| 14.00 -15:30   |                    |                                       |                                   |           |        |

| 2. Csoport Lány | hétfő                            | kedd                               | szerda | csütörtök | péntek |
|-----------------|----------------------------------|------------------------------------|--------|-----------|--------|
| 8.00 - 9:30     |                                  | Lézerharc / Grund                  |        |           |        |
| 9:30 -11.00     | Gyorstollas / D terem            |                                    |        |           |        |
| 11.00 -12:30    | 12.00-13.30 Rúdtánc              |                                    |        |           |        |
| 12:30 -14.00    |                                  | 13.00 - 14.30 Kötélugrás / E terem |        |           |        |
| 14.00 -15:30    | 15.30 - 17.00 Showtánc / Barak 2 |                                    |        |           |        |

| 3. Csoport Fiú | hétfő                 | kedd                         | szerda                             | csütörtök            | péntek                           |
|----------------|-----------------------|------------------------------|------------------------------------|----------------------|----------------------------------|
| 8.00 - 9:30    |                       |                              | Falmászás / Mountex                | Kötélugrás / E terem |                                  |
| 9:30 -11.00    |                       | Lézerharc / Grund            |                                    |                      | 9.00-10.30 crossfit / THOR Gym   |
| 11.00 -12:30   | Gyorstollas / D terem | 12.00-13.30 Bowling / Strike | 10.30-12.00 Láb toll / Külső terem |                      | 10.30-12.00 erőemelés / THOR Gym |
| 12:30 -14.00   | Showtánc / Barak2     |                              |                                    |                      | 12.00-13.30 gírya / THOR Gym     |
| 14.00 -15:30   |                       |                              |                                    |                      |                                  |

| 4. Csoport Lány | hétfő                        | kedd                                 | szerda              | csütörtök                        | péntek                          |
|-----------------|------------------------------|--------------------------------------|---------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| 8.00 - 9:30     |                              | 9.00-10.30 Gyorstollas / Külső terem |                     |                                  |                                 |
| 9:30 -11.00     | 12.00-13.30 Bowling / Strike |                                      | Lézerharc / Grund   |                                  | 9.00-10.30 erőemelés / THOR Gym |
| 11.00 -12:30    | Rúdtánc                      |                                      |                     | 11.30-13.00 Kötélugrás / E terem | 10.30-12.00 gírya / THOR Gym    |
| 12:30 -14.00    |                              |                                      | Falmászás / Mountex |                                  | 12.00-13.30 crossfit / THOR Gym |
| 14.00 -15:30    |                              |                                      |                     | 13.30- 15.00 Showtánc / Barak 2  |                                 |

| 5. Csoport I. Fiú | hétfő                        | kedd                                  | szerda                             | csütörtök | péntek |
|-------------------|------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|-----------|--------|
| 8.00 - 9:30       |                              |                                       |                                    |           |        |
| 9:30 -11.00       |                              | 10.30-12.00 Gyorstollas / Külső terem | Falmászás / Mountex                |           |        |
| 11.00 -12:30      |                              |                                       |                                    |           |        |
| 12:30 -14.00      | 12.00-13.30 Bowling / Strike |                                       |                                    |           |        |
| 14.00 -15:30      | Showtánc / Barak 2           |                                       | 12.00-13.30 Láb toll / Külső terem |           |        |

| 6. Csoport ERA | hétfő              | kedd                                  | szerda            | csütörtök | péntek                            |
|----------------|--------------------|---------------------------------------|-------------------|-----------|-----------------------------------|
| 8.00 - 9:30    |                    |                                       |                   |           |                                   |
| 9:30 -11.00    |                    | Falmászás / Mountex                   |                   |           |                                   |
| 11.00 -12:30   | Showtánc / Barak 2 | 12.00-13.30 Gyorstollas / Külső terem | Lézerharc / Grund |           | 10.30 -12.00 Kötélugrás / D terem |
| 12:30 -14.00   |                    |                                       |                   |           |                                   |
| 14.00 -15:30   |                    |                                       |                   |           |                                   |
| 15.30-17.00    |                    |                                       |                   |           |                                   |

| 7. Csoport Fiú | hétfő                           | kedd                         | szerda                                | csütörtök                      | péntek                           |
|----------------|---------------------------------|------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| 8.00 - 9:30    |                                 | Falmászás / Mountex          |                                       |                                |                                  |
| 9:30 -11.00    | 9.00-10.30 erőemelés / THOR Gym |                              |                                       |                                | Lézerharc / Grund                |
| 11.00 -12:30   | 10.30-12.00 gírya / THOR Gym    | 12.00-13.30 Bowling / Strike |                                       |                                |                                  |
| 12:30 -14.00   | 12.00-13.30 crossfit / THOR Gym |                              | 13.30-15.00 Gyorstollas / Külső terem | 12.00-13.30 Showtánc / Barak 2 | 12.00-13.30 Kötélugrás / D terem |
| 14.00 -15:30   |                                 |                              |                                       | 13.45-15.15 Láb toll / D terem |                                  |

| 8. Csoport Fiú | hétfő             | kedd                            | szerda              | csütörtök                    | péntek                                 |
|----------------|-------------------|---------------------------------|---------------------|------------------------------|--|
| 8.00 - 9:30    | Lábtoll / E terem |                                 |                     | Showtánc / Barak 2           |  |
| 9:30 - 11.00   |                   | 9.00-10.30 erőemelés / THOR Gym |                     |                              | 09.00 -10.30 Gyorstollas / Külső terem |
| 11.00 -12:30   | Lézerharc / Grund | 10.30-12.00 gírya / THOR Gym    | Falmászás / Mountex | 12.00-13.30 Bowling / Strike |  |
| 12:30 -14.00   |                   | 12.00-13.30 crossfit / THOR Gym |                     |                              |  |
| 14.00 -15:30   |                   |                                 |                     |                              | 15.15-16.45 Kötélugrás / E terem       |

| 9. Csoport Lány | hétfő                            | kedd              | szerda              | csütörtök                    | péntek                                |
|-----------------|----------------------------------|-------------------|---------------------|------------------------------|---------------------------------------|
| 8.00 - 9:30     |                                  |                   |                     |                              |                                       |
| 9:30 - 11.00    | 9.00-10.30 crossfit / THOR Gym   | Rúdtánc           |                     | Showtánc / Barak 2           |                                       |
| 11.00 -12:30    | 10.30-12.00 erőemelés / THOR Gym |                   |                     | 12.00-13.30 Bowling / Strike | 11.30-13.00 Gyorstollas / Külső terem |
| 12:30 -14.00    | 12.00-13.30 gírya / THOR Gym     | Lézerharc / Grund |                     |                              | 13.45-15.15 Kötélugrás / E terem      |
| 14.00 -15:30    |                                  |                   | Falmászás / Mountex |                              |                                       |