












SAT	SALA	PONEDJELJAK	UTORAK	SRIJEDA	ČETVRTAK	PETAK	SUBOTA	NEDJELJA
08:45	Mala sala		YOGA Iman ♡♡** 55 min		YOGA Iman ♡♡** 55 min			
10:00	Velika sala	PILATES Adrienne ♡♡* 55 min		PILATES Adrienne ♡♡* 55 min		BODY ART Adrienne ♡♡* 55 min	 TRX Basic Edin / Azur ♡♡** 45 min	LES MILLS BODYPUMP Azra 45 min
10:00	Physio Studio						PILATES FIT Iman ♡♡** 55 min	
11:00	Velika sala		MILITARY Azur ♡♡♡** 45 min		TOTAL BODY ATTACK Azur ♡♡♡** 45 min			BODY & MIND Amina ♡♡* 55 min
12:00	Velika sala	 TRX advance Edin ♡♡♡** 45 min	BODY ART Adrienne ♡♡* 55 min	CORE TRAINING Edin ♡♡** 30 min	BODY ART Adrienne ♡♡* 55 min	 TRX advance Edin ♡♡♡** 45 min		
17:15	Velika sala	TOTAL BODY ATTACK Azur ♡♡♡** 45 min	 TRX Basic Damir ♡* 45 min	CIRCLE TRAINING Azur ♡♡♡** 45 min	 TRX Basic Damir ♡* 45 min	Cross Training Jasmin ♡♡♡** 45 min		 TRX Basic Damir ♡* 45 min
17:15	Mala sala		CORE TRAINING Edin ♡♡** 30 min		 STRENGTH Azur ♡♡♡**** 30 min			
18:15	Velika sala	LES MILLS BODYPUMP Azra 45 min	LES MILLS BODYPUMP Damir 45 min	LES MILLS BODYPUMP Azra 45 min	LES MILLS BODYPUMP Damir 45 min	LES MILLS BODYPUMP Azra 45 min		
	Physio Studio	FIT PILATES Iman ♡♡** 55 min	BODY & MIND Amina ♡♡* 55 min	PILATES FIT Iman ♡♡** 55 min	BODY & MIND Amina ♡♡* 55 min	PILATES FIT Iman ♡♡** 55 min		
19:15	Velika sala		 TRX advance Edin ♡♡* 45 min		 TRX advance Edin ♡♡* 45 min			
	Mala Sala			ABS KILLER Damir 30 min				
	Physio Studio	BASIC PILATES Iman ♡* 55 min		BASIC PILATES Iman ♡♡* 55 min		YOGA Iman ♡♡* 55 min		
20:15	Velika sala	 TRX advance Edin ♡♡♡* 45 min		 TRX advance Edin ♡♡♡* 45 min				

Intenzitet treninga:

Lagani intenzitet treninga...
Srednji intenzitet...
Visoki intenzitet...
Super intenzivni trening...

Kompleksnost treninga:

Časovi manje zahtjevnog sadržaja sa vježbama koje su lako savladive.
Časovi koji zahtjevaju određeno iskustvo u vježbanju na sličnim ili istim programima.
Napredni časovi sa zahtjevnijim i kompleksnijim sadržajem, koji zahtjevaju predhodno iskustvo vježbača i određen nivo forme.