



PROGRAM TERV

PILATES TÁBOR ÁPRILIS 11-13.

PÉNTEK

UTAZÁS
12:30-14:00

**SZÁLLÁS
ELFOGLALÁSA**
14:00-15:30

**ERŐSÍTŐ EDZÉS +
STRETCHING**
15:30-17:30

WELLNESS
17:00-18:30

VACSORA
18:30-19:30

**KÖTETLEN
ISMERKEDÉS**
19:30-21:00

SZOMBAT

**REGGELI
RELAXÁCIÓ**
07:30-08:30

**ÁTÖLTÖZÉS,
REGGELI**
08:30-10:00

TÚRA
10:00-12:30

EBÉD
12:30-14:00

SZABAD PROGRAM
14:00-15:30

**CORE WORKSHOP
+ STRETCHING**
15:30-17:30

WELLNESS
17:00-18:30

VACSORA
18:30-19:30

**KÖTETLEN
ISMERKEDÉS**
19:30-21:00

VASÁRNAP

**REGGELI
PILATES**
07:30-08:30

**ÁTÖLTÖZÉS,
REGGELI**
08:30-10:00

TÁVOZÁS
10:30