

ÖSSZESÍTETT ÓRAREND TESTNEVELÉS 2025/26. TANÉV I. FÉLÉV

Székesfehérvár, OE-AMK; OE-GEO

Órák kezdés- befejezés	Hétfő /13. hét/	Kedd /13. hét/	Szerda /13. hét/	Csütörtök /12. hét/
8.00 - 9.40		ASZTALITENISZ 3-4 ERŐFEJLESZTÉS 3-4 KARDIÓ 3-4 FITTSÉGMÉRÉS 1-2 16-10-8 -20fő Budai út 45.	ASZTALITENISZ 7-8 ERŐFEJLESZTÉS 7-8 KARDIÓ 7-8 16-10-8 fő Budai út 45.	
9.50-10.35		ULTRON TRÉNING 1-2 12 fő Ultron Gym and Academy Hadiárva utca 10.	KERÉKPÁR 1-2 9.50-11.30 30 fő Budai út 45	
10.45 - 11.30				
11.40-12.25		ASZTALITENISZ 5-6 ERŐFEJLESZTÉS 5-6 KARDIÓ 5-6 16-10-8 fő /Budai út 45./		
12.35-13.20				
13.30-15.10	ASZTALITENISZ 1-2 ERŐFEJLESZTÉS 1-2 KARDIÓ 1-2 16-10-8 fő /Budai út 45./			ASZTALITENISZ 9-10 ERŐFEJLESZTÉS 9-10 KARDIÓ 9-10 16-10-8 fő /Budai út 45./
15.20-16.05	LABDÁS KURZUS 1-2 20 fő			KISPÁLYÁS LABDARÚGÁS 20 fő /Budai út 43. műanyag foci pálya/
16.15-17.00	/ Budai út 45. kosár/ foci a Budai út 43. műanyag focipálya			
17.00-18.30	LABDÁS KURZUS 3-4 20 fő / Gyümölcs utca 15./ Bugát Pál tornaterem			