

PROGRAMLAR	GÜNLER VE SAATLER	FİYATLAR	
		Fitness - Kulüp Üyesi	Dışarıdan Üyeler
MAT PİLATES TOTAL BODY ZUMBA CIRCUIT HIT TRAINING Ezgi Dağlı / Kadriye Uçal	Pazartesi- Çarşamba-Cuma 10:00-11:00/ 19:15-20:15 Salı-Perşembe 19:15-20:15 Cumartesi-Pazar 11:15-12:15	<u>Fitness Center Üyesi Ücretsiz</u>	4 seans: 140 TL 8 seans: 225 TL 12 seans: 290 TL (Aylık)
MAT PİLATES Ezgi Dağlı / Kadriye Uçal Mustafa Çekiç / Özkan Uzel	ÖZEL GRUP MAT PİLATES (Saatler eğitimci ile özel planlanır)	4 seans: 225 TL 8 seans: 400 TL <i>Sporcu Grup Pilates (8 seans: 280 TL)</i>	4 seans: 250 TL 8 seans: 435 TL
ALETLİ PİLATES Bireysel / Duet / 10 Ders Paket Ezgi Dağlı / Kadriye Uçal Mustafa Çekiç / Özkan Uzel	Bir Ders (Saatler eğitimci ile özel planlanır)	Bireysel: 160 TL Duet: 280 TL	Bireysel: 160 TL Duet: 310 TL
	10 Ders Paket Paket Süresi: 2 Ay 20 Ders Paket: Paket Süresi: 3 Ay (Saatler eğitimci ile özel planlanır)	Bireysel: 1.500 TL Duet: 2.470 TL Bireysel: 2.800 TL	Bireysel: 1.600 TL Duet: 2.710 TL Bireysel: 3.000 TL
TAEKWON-DO (Çocuklar ve Büyükler için) Mustafa Çekiç	Cumartesi-Pazar 10:00-11:00 (Çocuklar) Cumartesi 14:00-15:00 (Büyükler)	Aylık: 380 TL	Aylık: 420 TL
ZUMBA Ezgi Dağlı / Kadriye Uçal	ÖZEL GRUP ZUMBA (Saatler eğitimci ile özel planlanır)	4 seans: 195 TL 8 seans: 350 TL	4 seans: 250 TL 8 seans: 435 TL
ALFA PERFORMANS Murat Şinikçi	Pazartesi – Çarşamba: 18:30 – 19:30	<u>Fitness Center Üyesi</u> <u>Ücretsiz</u>	<u>Fitness Center Üyesi</u> <u>Ücretsiz</u>

FITNESS CENTER ÜYELERİ İÇİN ÜCRETSİZ STUDIO PROGRAMLARI HAFTALIK TABLO							
Saat	Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
10:00 11:00	MAT PİLATES TOTAL BODY Kadriye Uçal		MAT PİLATES TOTAL BODY Kadriye Uçal		MAT PİLATES TOTAL BODY Kadriye Uçal		
11:15 12:15						MAT PİLATES TOTAL BODY Ezgi Dağlı	MAT PİLATES TOTAL BODY Kadriye Uçal
17:00 18:00		ZUMBA Kadriye Uçal		ZUMBA Kadriye Uçal			
18:30 19:30	ALFA PERFORMANS Murat Şinikçi		ALFA PERFORMANS Murat Şinikçi				
19:15 20:15	MAT PİLATES TOTAL BODY Ezgi Dağlı	MAT PİLATES TOTAL BODY Kadriye Uçal	MAT PİLATES TOTAL BODY Ezgi Dağlı	MAT PİLATES TOTAL BODY Kadriye Uçal	MAT PİLATES TOTAL BODY Ezgi Dağlı		
20:30 22:00				TANGO Ömer-İlknur Durukan			

Not: ENKA FITNESS CENTER’da tüm programlar ve organizasyonlar **Prof. Dr. Aysel PEHLİVAN** koordinatörlüğünde uygulanmaktadır.

Yayın Tarihi: 01.10.2019