

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	Fitness Center Üyesi Ücretsiz	4 seans 1600TL 8 seans 2515TL 12 seans 3230 TL (Aylık)
MAT PİLATES Ezgi Dağlı / Kadriye Uçal Mustafa Çekiç / Özkan Uzel	ÖZEL GRUP MAT PİLATES (Saatler eğitmeni ile özel planlanır)	4 seans: 2695 TL 8 seans: 4740 TL <i>Sporcu Grup Pilates (8 seans: 3330)</i>	4 seans: 2995 TL 8 seans: 5125 TL
ALETLİ PİLATES Bireysel / Duet /10 Ders Paket Ezgi Dağlı / Kadriye Uçal Mustafa Çekiç / Özkan Uzel	Bir Ders (Saatler eğitmeni ile özel planlanır)	Bireysel: 1920 TL Duet: 3330TL	Bireysel: 1920TL Duet: 3715 TL
	10 Ders Paket Paket Süresi: 2 Ay 20 Ders Paket: Paket Süresi: 3 Ay (Saatler eğitmeni ile özel planlanır)	Bireysel: 17680 TL/ Duet: 29125 TL Bireysel: 33000 TL Duet: 56355 TL	Bireysel: 18870 TL Duet: 31935 TL Bireysel: 35350 TL Duet: 63190 TL
TAEKWON-DO (Çocuklar ve Büyükler için) Mustafa Çekiç	Cumartesi-Pazar 10:00-11:00 (Çocuklar) Cumartesi 14:00-15:00 (Büyükler)	Aylık: 4230 TL	Aylık: 4665 TL

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							
16:30 17:00							
18:30 19:30							
18:30 19:15	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: 01.09.2025