

# Kadıköy Ders Programı

Stüdyo Derslerimizde ders iptali ya da eğitmen değişikliği yapılabilir.

Salon derslerinize gelmeden önce değişiklik olup olmadığını [www.sportsinternational.com.tr](http://www.sportsinternational.com.tr) adresinden kendi tesisinizin ders programına giderek takip edebilirsiniz.



PAZARTESİ MONDAY	SALI TUESDAY	ÇARŞAMBA WEDNESDAY	PERŞEMBE THURSDAY	CUMA FRIDAY	CUMARTESİ SATURDAY	PAZAR SUNDAY
<b>11:00 - 11:50</b> Pilates Tuğba • Stüdyo	<b>18:00 - 18:50</b> Body Shape Nihat • Stüdyo	<b>11:00 - 11:50</b> Pilates Tuğba • Stüdyo	<b>11:00 - 11:50</b> Sports Alaturka Nihat • Stüdyo	<b>11:00 - 11:50</b> Stretch&Flex Tuğba • Stüdyo	<b>12:15 - 13:05</b> %100 Fit Burak • Stüdyo	<b>13:20 - 14:15</b> Yoga Nilgün • Stüdyo
<b>12:05 - 12:55</b> Zumba Nihat • Stüdyo	<b>19:05 - 19:55</b> Pilates Tuğba • Stüdyo	<b>12:05 - 12:55</b> Fat Burn Tuğba • Stüdyo	<b>12:05 - 13:00</b> Yoga Nilgün • Stüdyo	<b>12:05 - 12:55</b> Body Shape Batuhan • Stüdyo	<b>13:20 - 14:10</b> Pilates Tuğba • Stüdyo	<b>14:30 - 15:20</b> Tabata Sinem • Stüdyo
<b>18:30 - 19:20</b> Pilates Tuğba • Stüdyo	<b>20:10 - 21:00</b> Zumba Nihat • Stüdyo	<b>18:30 - 19:20</b> %100 Fit Melek • Stüdyo	<b>18:30 - 19:25</b> Hatha Yoga Nilgün • Spinning	<b>18:30 - 19:20</b> Pilates Melek • Stüdyo		
<b>19:35 - 20:20</b> Spinning Burak • Spinning		<b>19:35 - 20:25</b> Hips'n ABS Melek • Stüdyo	<b>18:45 - 19:35</b> Step for Fun Nihat • Stüdyo	<b>19:30 - 20:15</b> Spinning Nihat • Spinning		
<b>19:35 - 20:25</b> Fat Burn Tuğba • Stüdyo		<b>19:35 - 20:20</b> Spinning Batuhan • Spinning	<b>19:50 - 20:40</b> Cardio Training Tuğba • Stüdyo			
<b>20:35 - 21:25</b> H.A.T. Sinem • Stüdyo			<b>20:50 - 21:20</b> Crunch Yiğit • Stüdyo			