

Activity Schedule



Aktivite Programı

Time Zaman	Monday Pazartesi	Tuesday Salı	Wednesday Çarşamba	Thursday Perşembe	Friday Cuma	Saturday Cumartesi	Sunday Pazar
09.00 10.00	Nature Walk Doğa Yürüyüşü	Nature Walk Doğa Yürüyüşü	Nature Walk Doğa Yürüyüşü	Nature Walk Doğa Yürüyüşü	Nature Walk Doğa Yürüyüşü	Nature Walk Doğa Yürüyüşü	Nature Walk Doğa Yürüyüşü
10.30 11.30	Yoga Flow Yoga Akışı	Yoga Flow Yoga Akışı	Yoga Flow Yoga Akışı	Yoga Flow Yoga Akışı	Yoga Flow Yoga Akışı	— —	Yoga Flow Yoga Akışı
12.15 12.45	Circuit Training İstasyon Çalışması	Pilates Pilates	Functional Training Fonksiyonel Antrenman	Pilates Pilates	Circuit Training İstasyon Çalışması	Pilates Pilates	— —
15.15 15.45	Pilates Pilates	Aqua Gym Su Jimnastiği	Workshop Workshop	Functional Training Fonksiyonel Antrenman	Aqua Gym Su Jimnastiği	-- --	Workshop Workshop

- Our morning walk and activities takes place depending on the weather conditions with the **participation of minimum 2 people**.
- Sabah yürüyüşümüz ve diğer aktivitelerimiz, günlük hava koşullarına bağlı ve **en az 2 kişilik katılım** dahilinde gerçekleşecektir.
- The degree of difficulty is determined by our instructors according to group participation. Please consult before the class.
- Zorluk derecesi hocalarımız tarafından katılıma göre belirleniyor. Lütfen ders öncesi danışın.