

	Pondělí 13.1.	Úterý 14.1.	Středa 15.1.	Čtvrtek 16.1.	Pátek 17.1.	Sobota 18.1.	Neděle 19.1.
8:00	WALKING TOTAL BODY 8:00 - 8:55		WALKING TOTAL BODY 8:00 - 8:55		WALKING 8:00 - 8:55	WALKING 8:00 - 8:55	FUNKČNÍ TRÉNINK 8:00 - 8:55
					YOGALATES 8:15 - 9:10	TABATA SPALOVÁNÍ 8:30 - 9:25	
9:00		METABOLIC TRAINING 9:00 - 9:55	PILATES+ 9:00 - 9:55	TOTAL BODY 9:00 - 9:55			JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA 9:00 - 9:55
	SM SYSTÉM pondělí 9:30 - 10:25	ZDRAVÁ ZÁDA 9:00 - 9:55	WALKING 9:00 - 9:55	POWER YOGA 9:00 - 9:55		PILATES + 9:30 - 10:25	WALKING 9:00 - 9:55
10:00			LEKCE PRO SENIORY 10:00 - 10:55	Cvičení R+D(2-3) 10:00 - 10:55			
	PILATES REHAB pondělí 10:30 - 11:25					DETOX JÓGA 10:30 - 12:00	
11:00				Cvičení R+D(1-2) 11:00 - 11:55			

	Pondělí 13.1.	Úterý 14.1.	Středa 15.1.	Čtvrtek 16.1.	Pátek 17.1.	Sobota 18.1.	Neděle 19.1.
15:00			Fit4Kids(3-6) 15:00 - 15:55	Gym.přůprava(8-11) 15:00 - 15:55	Street dance(7-10) 15:00 - 15:55		
	JÓGA Mini 15:30 - 16:25	Gym.přůprava(4-7) 15:30 - 16:25	S-K trénink(11-13) 15:30 - 16:25	DANCE NOW Junior 15:30 - 16:25		WALKING TOTAL BODY 15:30 - 16:25	
16:00	S-K trénink(14-17) 16:00 - 16:55	Fit4Kids(3-6) 16:00 - 16:55	Gym.přůprava(4-7) 16:00 - 16:55	Balet.přůprava(5-8) 16:00 - 16:55	Street dance(11-14) 16:00 - 16:55		
	JÓGA Junior 16:30 - 17:25	Gym.přůprava(8-11) 16:30 - 17:25	Zdravá záda(od 5ti) 16:30 - 17:25	Fit4Girls(9-16) 16:30 - 17:25		HATHA JÓGA 16:30 - 17:25	
17:00	KRUHOVÝ TRÉNINK 17:00 - 17:55	WALKING 17:00 - 17:55	WALKING 17:00 - 17:55	WALKING 17:00 - 17:55	TOTAL BODY 17:00 - 17:55		PEVNĚ POZADÍ, PLOCHĚ 17:00 - 17:55
	BOSU COMPLETE 17:30 - 18:25	TOTAL BODY 17:30 - 18:25	KRUHOVÝ TRÉNINK 17:30 - 18:25	PILATES + 17:30 - 18:25		SM SYSTÉM pátek 17:30 - 18:25	
18:00	ZDRAVÁ ZÁDA 18:00 - 18:55	WALKING 18:00 - 18:55	ZDRAVÁ ZÁDA 18:00 - 18:55	POWER YOGA 18:00 - 18:55			POWER YOGA 18:00 - 18:55
	PEVNĚ POZADÍ, PLOCHĚ 18:30 - 19:25	PILATES + 18:30 - 19:25	PEVNĚ POZADÍ, PLOCHĚ 18:30 - 19:25	BOSU COMPLETE 18:30 - 19:25		PILATES REHAB pátek 18:30 - 19:25	SPALOVÁNÍ 18:30 - 19:25

	Pondělí 13.1.	Úterý 14.1.	Středa 15.1.	Čtvrtek 16.1.	Pátek 17.1.	Sobota 18.1.	Neděle 19.1.
19:00	TABATA SPALOVÁNÍ 19:00 - 19:55	PILATES REHAB úterý 19:00 - 19:55	JÓGA 19:00 - 19:55	WALKING 19:00 - 19:55			POWER YOGA 19:00 - 19:55
	HATHA JÓGA 19:30 - 20:25	FUNKČNÍ TRÉNINK 19:30 - 20:25		FUNKČNÍ TRÉNINK 19:30 - 20:25			
20:00		SM SYSTÉM úterý 20:00 - 20:55		SM SYSTÉM čtvrtek 20:00 - 20:55			

