

	Pondělí 18.3.	Úterý 19.3.	Středa 20.3.	Čtvrtek 21.3.	Pátek 22.3.	Sobota 23.3.	Neděle 24.3.
8:00	WALKING+HIIT 8:00 - 8:55		WALKING TOTAL BODY 8:00 - 8:55		WALKING 8:00 - 8:55	WALKING 8:00 - 8:55	HATHA YOGA 8:00 - 8:55
					YOGALATES 8:15 - 9:10	Jóga pro zdravá záda 8:30 - 9:25	
9:00	VINYASA FLOW JÓGA 9:00 - 9:55	METABOLIC TRAINING 9:00 - 9:55	PILATES+ 9:00 - 9:55	TOTAL BODY 9:00 - 9:55		WALKING 9:00 - 9:55	JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA 9:00 - 9:55
	SM SYSTÉM po 9:30 - 10:25	JÓGA PRO 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		FIT4MAMI 10:00 - 10:55	LEKCE PRO SENIORY 10:00 - 10:55	Cvičení R+D 10:00 - 10:55			
	PILATES REHAB po 10:30 - 11:25						
11:00				Cvičení R+D 11:00 - 11:55			



	Pondělí 18.3.	Úterý 19.3.	Středa 20.3.	Čtvrtek 21.3.	Pátek 22.3.	Sobota 23.3.	Neděle 24.3.
18:00	ZDRAVÁ ZÁDA 18:00 - 18:55	WALKING 18:00 - 18:55	ZDRAVÁ ZÁDA 18:00 - 18:55	BOSU COMPLETE 18:00 - 18:55			POWER YOGA 18:00 - 18:55
	PEVNĚ POZADÍ, PLOCHÉ 18:30 - 19:25	PILATES + 18:30 - 19:25	PEVNĚ POZADÍ, PLOCHÉ 18:30 - 19:25	POWER YOGA 18:30 - 19:25	PILATES REHAB pá 18:30 - 19:25		
19:00	SPALOVÁNÍ 19:00 - 19:55	PILATES REHAB út 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 út 20:00 - 20:55					

