

	Pondělí 16.3.	Úterý 17.3.	Středa 18.3.	Čtvrtek 19.3.	Pátek 20.3.	Sobota 21.3.	Neděle 22.3.
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
9:00	SM SYSTÉM pondělí 9:30 - 10:25	METABOLIC TRAINING 9:00 - 9:55	PILATES+ 9:00 - 9:55	TOTAL BODY 9:00 - 9:55	PILATES+ 8:30 - 9:25	TABATA SPALOVÁNÍ 8:30 - 9:25	JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA 9:00 - 9:55
10:00	PILATES REHAB pondělí 10:30 - 11:25	FIT4MAMI 10:00 - 10:55	LEKCE PRO SENIORY 10:00 - 10:55	Cvičení R+D(1-3) 10:00 - 10:55		PILATES + 9:30 - 10:25	WALKING 9:00 - 9:55
15:00	JÓGA Mini 15:30 - 16:25	Cvičení R+D(1-3) 15:00 - 15:55	S-K trénink(11-13) 15:30 - 16:25	Gym.připrav a(8-11) 15:00 - 15:55	Street dance(7-10) 15:00 - 15:55		VINYASA FLOW JÓGA 10:00 - 10:55
		Gym. připrava(4-7) 15:30 - 16:25		DANCE NOW Junior 15:30 - 16:25		WALKING TOTAL BODY 15:30 - 16:25	

	Pondělí 16.3.	Úterý 17.3.	Středa 18.3.	Čtvrtek 19.3.	Pátek 20.3.	Sobota 21.3.	Neděle 22.3.
16:00	S-K trénink (14-17) 16:00 - 16:55	Fit4Kids(3-6) 16:00 - 16:55	Gym.připrava(4-7) 16:00 - 16:55	Balet.připrava(5-8) 16:00 - 16:55	Street dance(11-14) 16:00 - 16:55		
	JÓGA Junior 16:30 - 17:25	Gym.připrava(8-11) 16:30 - 17:25	Zdravá zádá(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	PEVNÉ POZADÍ, PLOCHÉ 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 SYSTEM 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	
	PEVNÉ POZADÍ, PLOCHÉ 18:30 - 19:25	PILATES + 18:30 - 19:25	PEVNÉ POZADÍ, PLOCHÉ 18:30 - 19:25	BOSU COMPLETE 18:30 - 19:25	PILATES REHAB pátek 18:30 - 19:25		SPALOVÁNÍ 18:30 - 19:25
19:00	TABATA SPALOVÁNÍ 19:00 - 19:55	PILATES REHAB úterý 19:00 - 19:55	JÓGA 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			

	Pondělí 16.3.	Úterý 17.3.	Středa 18.3.	Čtvrtek 19.3.	Pátek 20.3.	Sobota 21.3.	Neděle 22.3.
20:00		SM SYSTÉM úterý 20:00 - 20:55		SM SYSTÉM čtvrtek 20:00 - 20:55			

