

Velikonoční rozvrh 18. 4. - 22. 4. 2019



		čas lekce / druh lekce / instruktor								
čtvrtek	1	9,00 TOTAL BODY Monika	10,00 Cvičení rodičů s dětmi (1-3 roky) Martina B.	11,00 Cvičení rodičů s dětmi (1-3 roky) Martina B.	14,30 DANCE NOW Mini (5-8 let) Barča	15,30 DANCE NOW Junior (9-16 let) Barča	16,30 Fit4Girls (9-16 let) Barča	17,30 PILATES+ Eva H.	18,30 POWER YOGA Eva H.	19,30 FUNKČNÍ TRÉNINK Lucka
	2	9,00 POWER YOGA Silva					17,00 INTERVALOVÝ TRÉNINK Nela	18,00 BOSU COMPLETE Eva D.	19,00 WALKING BASIC Blanka	
	3									
pátek	1	8,15 YOGALATES Eva H.					17,00 TOTAL BODY INTERVAL Barbara			
	2	8,00 WALKING Veronika				15,30 WALKING TOTAL BODY Kristina R.	16,30 HATHA JÓGA Barbora			
	3									
sobota	1	8,30 JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA Petra V.								
	2	8,00 WALKING Vendy	9,00 WALKING Vendy							
neděle	1		9,00 JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA Petra				17,00 PEVNÉ POZADÍ PLOCHÉ BŘÍCHO Silva	18,00 POWER YOGA Silva		
	2	8,00 WALKING Kristina R.	9,00 WALKING Veronika					17:30 SPALOVÁNÍ Martina P.		
Pondělí	1							18,00 KRUHOVÝ TRÉNINK Barbara		
	2							18,00 HATHA JÓGA Petra		

lekce trvá 55 minut

aerobik walking body&mind funkční trénink EXPRESS lekce dětské kurzy posilovací lekce kurz



během těchto lekcí můžete využít hlídání dětí v dětském koutku



nová lekce, změna času, sálu nebo lektora



lekce vhodná pro budoucí maminky