

MALÝ SÁL	RANNÍ		VEČERNÍ LEKCE	
	9,00-10,00		17,30-18,30	19,00-20,00
NE 01.10.2017				
PO 02.10.2017			ERŽA	MIKY L1
ÚT 03.10.2017				
ST 04.10.2017			JARDA	
ČT 05.10.2017				MIKY L2
PÁ 06.10.2017				
SO 07.10.2017				
NE 08.10.2017				
PO 09.10.2017			PEPA	MIKY L1
ÚT 10.10.2017				
ST 11.10.2017			JARDA	
ČT 12.10.2017				MIKY L2
PÁ 13.10.2017				
SO 14.10.2017				
NE 15.10.2017				
PO 16.10.2017			MARTINA	MIKY L1
ÚT 17.10.2017				
ST 18.10.2017			PEPA	
ČT 19.10.2017				MIKY L2
PÁ 20.10.2017				
SO 21.10.2017				
NE 22.10.2017				
PO 23.10.2017			JARDA	MIKY L1
ÚT 24.10.2017				MIKY dívky L1
ST 25.10.2017			ERŽA	
ČT 26.10.2017				MIKY L2
PÁ 27.10.2017				
SO 28.10.2017				
NE 29.10.2017				
PO 30.10.2017			ERŽA	MIKY L1
ÚT 31.10.2017				MIKY dívky L1

VELKÝ SÁL	RANNÍ		VEČERNÍ LEKCE	
	9,00-10,00	16,45-17,45	18,00-19,00	19,15-20,15
NE 01.10.2017				
PO 02.10.2017			JITKA	
ÚT 03.10.2017		MARKÉT M. C - 3. lekce	PAVLA	MÍŠA
ST 04.10.2017			DENISA	KAMILA
ČT 05.10.2017	JITKA	MARKÉT M. D - 1. lekce	ALICE	JARDA
PÁ 06.10.2017			JITKA	
SO 07.10.2017	PAVLÍNA			
NE 08.10.2017				
PO 09.10.2017		JITKA 1. lekce	DENISA	
ÚT 10.10.2017		MARKÉT M. C - 4. lekce	PAVLA	MÍŠA
ST 11.10.2017			KAMILA	KAMILA
ČT 12.10.2017	DENISA	MARKÉT M. D - 2. lekce	JITKA	MARTINA
PÁ 13.10.2017			JITKA	
SO 14.10.2017	DENISA			
NE 15.10.2017				
PO 16.10.2017		JITKA 2. lekce	JITKA	
ÚT 17.10.2017		MARKÉT M. C - 5. lekce	PAVLA	JITKA
ST 18.10.2017			DENISA	KAMILA
ČT 19.10.2017	JITKA	MARKÉT M. D - 3. lekce	KAMČA	JARDA
PÁ 20.10.2017			ALICE	
SO 21.10.2017	ZRUŠENO			
NE 22.10.2017				
PO 23.10.2017		JITKA 3. lekce	DENISA	
ÚT 24.10.2017		MARKÉT M. C - 6. lekce	PAVLA	MÍŠA
ST 25.10.2017			JITKA	zrušeno
ČT 26.10.2017	DENISA	MARKÉT M. D - 4. lekce	JITKA	DENISA
PÁ 27.10.2017			JITKA	
SO 28.10.2017	PAVLÍNA			
NE 29.10.2017				
PO 30.10.2017		JITKA 4. lekce	JITKA	
ÚT 31.10.2017			PAVLA	MÍŠA

JÓGA PRO DĚTI
kurz pro děti ve věku
4-7 let (10 lekcí)

SPINNING
trénink na stacionárním kole

SM SYSTÉM
kurz o délce 6ti lekcí pro
zdravou páteř (stabilizace a
mobilizace páteře)

HATHA JÓGA
komplexní posílení a protažení
celého těla zaměřené na
harmonii

POLE DANCE
kurzy o délce 12ti lekcí dle
pokročilosti

BOSU
cvičení na balanční plošině,
které rozvíjí svalovou
rovnováhu

RELAX JÓGA
protahování celého těla
uzpůsobené především pro
začátečnický a těhotné

FLOWIN
plynulé posilovací a protahovací
cvičení na podložce s vlastní
vahou

EUROPEAN TAEBO
aerobní a dynamické cvičení s
prvky karate, kickboxu a
teakwon-da

DO KONDICE
cvičení s různými pomůckami
(především pro maminky po
porodu)