

Pondělí	9:30 – 10:30 Cvičení rodičů s dětmi (1,5 – 3r.) K. Katka Srbová	15:00 - 15:55 Sportovní příprava (4 - 6 roků) Zlatka Opicová	16:00 -17:00 Cvičení pro ženy s nadváhou J.Valentová	17:10 – 18:10 Lekce bude doplněna	18:20 – 19:20 Yoga Lucie Pavlišťová	
Úterý	7:45 – 8:45 Rezervace do 19 hod v pondělí Yoga Lucie Pavlišťová	9:00 – 10:30 Cvičení dětí (1,5 a více) K. Kovandová tel. 792 400 092	14:00 -17:00 AE děti p.Šulcová tel. 724 944 659	17:10 – 18:10 Power yoga Alena M.	18:20 – 19:20 <u>R</u> Fitbox Lucka Jampílková	
Středa	9:00 !!! – 10:00 Cvičení rodičů s dětmi (1,5 – 3r.) „střídání instruktorek“		13:00 -14:45 AE děti p.Šulcová tel. 724 944 659	14:45 – 18:15 TIME DANCE p. Karvai tel. 778 038 988	18:20 – 19:10 (od 19.9.) Intervalový trénink Petra M.	19:25 - 20:25 Yoga Lucie Pavlišťová
Čtvrtek	9:00 – 10:30 Cvičení dětí (1,5 a více) K. Kovandová tel. 792 400 092	14:30 -16:55 AE děti p.Šulcová tel. 724 944 659	17:00 – 18:15 (75 min) Power yoga (plus) Alena M.		18:20 – 19:20 <u>R</u> BOSU – balanční cvičení Katka S.	
Pátek		15:00 -16:55 Trénink cyklo kroužku - děti	17:00 -18:00 Cvičení pro ženy s nadváhou J.Valentová		18:10 – 19:10 (od 21.9.) Bodyform Šárka Š.	
Sobota	10:00 – 11:00 Cvičení dle aktuální nabídky					
Neděle					18:00 – 19:00 (od 23.9.) NOVÉ CVIČENÍ S EVOU CYRANY (lehčí forma kondičního tréninku)	

Pondělí				17:10 – 18:10 <u>R</u> Jumping Veronika	19:30 – 20:40 <u>R</u> (od 22.10.) Cycling + TRX Aleš
Úterý				18:20 – 19:20 <u>R</u> (od 2.10.) „spalování tuků“ lehká cycling lekce Eva G.	
Středa				18:20 – 19:20 (od 24.10.) <u>R</u> „spalování tuků“ lehká cycling lekce Martina	19:25 – 20:25 <u>R</u> (od 17.10.) RED TEAM – pohodová jízda Kordas
Čtvrtek				18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola	

Neděle			18:00 – 19:10 <u>R</u> Kruhový trénink 70 min Mirka / Vanda	
--------	--	--	---	--