

# Rozvrh na Červen

# AEROBIK – FITBOX

<b>Pondělí</b>	9:30 – 10:30 Cvičení rodičů s dětmi (1,5 – 3r.) „střídání instruktorek“	15:00 - 15:55 Sportovní příprava (4 - 6 roků) Petr Kordík	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	19:30 – 20:45 Yoga pro chlapy i holky Michal Guse
<b>Úterý</b>		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	
<b>Středa</b>				15:25 – 17:30 TIME DANCE p. Karvai tel. 778 038 988	18:00 – 19:00 Intervalový trénink Petra M.	19:10 - 20:10 Yoga Lucie P.
<b>Čtvrtek</b>	9:30 – 10:30 Cvičení dětí BEZ RODIČŮ (2 a více roků) K. Kovandová	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 Petr Kordík	
<b>Pátek</b>	9:00 – 10:30 Cvičení dětí (1,5 a více) K. Kovandová		17:00 -18:00 Cvičení pro ženy s nadváhou J.Valentová	18:10 – 19:10 <b>POZOR na vypsané termíny !!!</b> Bodyform s Lenkou		
<b>Sobota</b>	10:00 – 11:00 Cvičení dle aktuální nabídky					
<b>Neděle</b>					19:10 – 20:10 Joga s Lucíí Lucie Pavlišťová	

# Rozvrh

# ZÁVĚSNÉ SYSTÉMY, JUMPING, SCHWINN Cycling, BOSU

<b>Pondělí</b>			17:10 – 18:10 <u>R</u> Jumping Veronika	18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola	
<b>Úterý</b>					
<b>Středa</b>					
<b>Čtvrtek</b>					

<b>Neděle</b>			18:00 – 19:15 <u>R</u> Kruhový trénink 70 min Mirka / Vanda	
---------------	--	--	---	--

Hodiny označené R je nutno rezervovat. AKTUÁLNÍ ROZVRH vždy na [www.fitclubjicin.cz](http://www.fitclubjicin.cz), [petr.kordik@centrum.cz](mailto:petr.kordik@centrum.cz), tel: 737 948 738