

Aktuální rozpis platný od 20.ÚNORA 2020

	8:30 - 9.30	16.20 - 17.20	17.30 - 18.25	17.30 - 18.25	18.00 - 18.55	18.30 – 19.25	19.00 – 19.55
Pondělí	FAT BURNER spalování a posilování 2 Markéta Studio SUNDARA						FKT ® kruhový terénink posilovna 1-2-3 Markéta Gymn.O. Havlové
Úterý			KURZ POWER JOGA velká tělocvična 1 Markéta Gymn.O.Havlové			FAT BURNER spalování a posilování velká tělocvična 2 Markéta Gymn.O.Havlové	
Středa	FAT BURNER spalování a posilování 2 Markéta Studio SUNDARA	!! NOVÉ od 29.1.!! KURZ PRO ZDRAVÍ 1 Petra-Markéta Gymn.O.Havlové	KURZ ZDRAVÁ ZÁDA posilovna 1 Petra Gymn.O.Havlové	KURZ PILATES velká tělocvična 1 Lenka Gymn.O.Havlové			
Čtvrtek					POWER STEP + BŘICHO a HÝZDĚ velká tělocvična 1-2-3 Markéta Gymn.O.Havlové		POSILOVÁNÍ ® velká tělocvična 1-2-3 Markéta Gymn.O.Havlové
Pátek	FAT BURNER spalování a posilování 2 Markéta Studio SUNDARA						

STUPEŇ NÁROČNOSTI CVIČEBNÍCH HODIN označujeme : 1 - NIŽŠÍ NÁROČNOST 2 - STŘEDNÍ NÁROČNOST 3 - VYŠŠÍ NÁROČNOST. Na některých lekcích si klient náročnost lekcí řídí sám např. TRX .

Pro své pohodlí se prosím objednávejte na lekce v MALÉM SÁLE na tel.: 604 366 066 , FB nebo přímo na dané lekci na lekci následující.