



1fitness

sport centrum

SÁL ČAS ZAHÁJENÍ PLATNOST : 1.9.2020

| SPINNING | 7,00 | 8,00 | 9,00 | 10,00 | 11,00 | 12,00 | 13,00 | 14,00 | 15,00 | 16,30 | 17,00 | 18,00 | 19,30 | 20,30 | | | | | | |
|---------------|--|----------|---|-------|----------------------|---|-------|-------|-------|-----------------|-----------------------------|--------------------------------|---------------------------------|------------|--|--|--|--|--------------|--|
| Pondělí | | | Neobsazené hodiny si můžete individuálně rezervovat | | | | | | | | | Jitka | Honza V. | | | | | | | |
| Úterý | Honza D. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Středa | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 19,00 Kata | |
| Čtvrtek | Honza D. | | | | | | | | | | | | | | | | | | 19,00 Jana V | |
| Pátek | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sobota | | Honza D. | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Neděle | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| FITBOX | 7,00 | 8,00 | 9,00 | 10,00 | 11,00 | 12,00 | 13,00 | 14,00 | 15,00 | 16,00 | 17,00 | 18,00 | 19,00 | 20 - 21,30 | | | | | | |
| Pondělí | | | | | | | | | | | 16,30 Pole Dance děti Verča | 17,30 Pole Dance Verča | Pole dance Verča | | | | | | | |
| Úterý | Neobsazené hodiny si můžete individuálně rezervovat na box, tanec apod. | | | | | | | | | | | Cross Training Máca | | | | | | | | |
| Středa | | | | | | 12,30 JOGA Jana | | | | Box děti Michal | Pole Dance děti Verča | Pole Dance děti Verča | Box Saša | | | | | | | |
| Čtvrtek | Neobsazené hodiny si můžete individuálně rezervovat na box, tanec apod. | | | | | | | | | | | Cross Training Máca | | | | | | | | |
| Pátek | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sobota | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Neděle | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| TANEČNÍ / HRY | 7,00 | 8,00 | 9,00 | 10,00 | 11,00 | 12,00 | 13,00 | 14,00 | 15,00 | 16,00 | 17,00 | 18,00 | 19,00 | 19,45 | | | | | | |
| Pondělí | <u>Neobsazené hodiny si můžete rezervovat badminton, stolní tenis a minitenis.</u> | | | | | | | | | | | Štíhlé boky - štíhlý pas Radka | Zdravotní cvičení s jogou Radka | | | | | | | |
| Úterý | <u>Neobsazené hodiny si můžete rezervovat badminton, stolní tenis a minitenis.</u> | | | | | | | | | | | 18,15 Power yoga Tosca | 19,30 Kruhový trénink Míša | | | | | | | |
| Středa | <u>Neobsazené hodiny si můžete rezervovat badminton, stolní a minitenis.</u> | | | | | | | | | | | Kondiční cvičení Iva | | | | | | | | |
| Čtvrtek | <u>Neobsazené hodiny si můžete rezervovat badminton, stolní a minitenis.</u> | | | | | | | | | | | 17,30 Kondiční cvičení Iva | | | | | | | | |
| Pátek | <u>Neobsazené hodiny si můžete rezervovat badminton, stolní a minitenis.</u> | | | | | | | | | | FIT dance Renata | | | | | | | | | |
| Sobota | <u>Neobsazené hodiny si můžete rezervovat badminton, stolní tenis a minitenis.</u> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Neděle | | | | | Kondiční cvičení Iva | <u>Neobsazené hodiny si můžete rezervovat badminton</u> | | | | | | | | | | | | | | |