

		7-8	8-9	9-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17	17-18	18-19	19-20	20-21
Pondělí	ČAS			9:30-10:20	10:30-11:20									19:00 - 19:55	
	sál č.1			mimí tělocvik I. (2-3 roky)	mimí tělocvik II. (1-2 roky)									zdravá chodidla	
	lektor			Marta	Marta									Jarda	
	ČAS					11:00-11:55					16:00-16:55	17:00-17:55	18:00-18:55	19:00 - 19:55	
	sál č.2					pilates					NIA	SM systém	jóga nejen pro začátečníky	body form	
	lektor					Markéta					Dagmar	Dagmar	Andrea	Andrea	
Úterý	ČAS												18:00-18:55		
	sál č.1												SM systém		
	lektor												Lucka		
	ČAS	7:30 - 8:25	8:30-9:25	9:30-10:25		11:00-11:55					16:00-16:55		18:00-18:55	19:00-19:55	20:00-20:55
	sál č.2	kruhový trénink	pilates	power jóga		zdravotní cvičení pro seniory					zdravá záda pro teenagery (10-18 let)		NAAM jóga	problémové patie	zdravá záda
	lektor	Ivana	Markéta	Markéta		Jarda					Jarda		Jana	Nicol	Jarda
Středa	ČAS											17:00-18:00	18:00-18:55	19:10-20:05	
	sál č.1											obsazeno	pilates clinic	TRX	
	lektor											Matěj	Jarda	Dominika	
	ČAS	7:30 - 8:25	8:30 - 9:25		10:00-10:55	11:00-11:55							18:00-18:55	19:10-20:05	
	sál č.2	TRX	power jóga nejen pro začátečníky		jóga pro seniory	SM systém nejen pro seniory							hatha jóga	kruháč s Tomem	
	lektor	Ivana	Marcela		Iva	Lucka							Jarka	Tomáš	
Čtvrtek	ČAS												18:00-18:55	19:00-19:55	
	sál č.1												zdravá chodidla	SM systém - uzavřený kurz	
	lektor												Jarda	Martina	
	ČAS	7:30-8:25			10:00-10:55	11:00-11:55						17:00-17:55	18:05-19:00	19:05-20:00	20:05-21:00
	sál č.2	tabata			zdravotní cvičení pro seniory	pilates pro zdravá záda						kruhový trénink	Zumba	večerní detox jóga s relaxací	pilates pro zdravá záda
	lektor	Nicol			Jarda	Jarda						Ivana	Lenka	Eva S.	Jarda
Pátek	ČAS		8:00-8:55	9:00-9:55											
	sál č.1		zdravá záda	funkční kruhový trénink											
	lektor		Jarda	Jarda											
	ČAS		8:30-9:25					14:00-14:55	15:00-15:55						
	sál č.2		NAAM jóga					tabata	problémové partie						
	lektor		Jana					Nicol	Nicol						
sobota	ČAS														
	sál č.1														
	lektor														
neděle	ČAS														
	sál č.1														
	lektor														
	ČAS													18:00-18:55	
	sál č.2													TRX	
	lektor													Dominika	