

ROZVRH OD 4.9.2023

PONDĚLÍ

PILATES (ALENA)	7:00
ZDRAVÁ ZÁDA (ALENA)	10:00
PILATES (ALENA)	11:30
SM SYSTÉM (ILONA)	17:30
JIN JÓGA (ILONA)	19:00

ÚTERÝ

ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ (VERČA)	10:00
ZDRAVOTNÍ BOSU	11:05
JÓGA (ILONA)	16:00
BOSU REHAB (DANIELA)	17:30
BOSU KARDIO (VERČA)	18:45
BOSU REHAB (VERČA)	20:00

STŘEDA

JÓGA - ZDRAVÁ ZÁDA (ALENA)	7:15
ZDRAVÁ ZÁDA (ALENA)	10:30
JÓGA (ILONA)	17:00
JÓGA (ILONA)	18:15
VEČERNÍ JEMNÁ JÓGA (ALENA)	19:30

ČTVRTEK

BOSU REHAB (VERČA)	11:05
SM SYSTÉM (ILONA)	16:30
KURZ DĚTI (VERČA)	17:45
PILATES (ALENA)	18:45
BOSU REHAB (VERČA)	20:00

