

ROZPIS AEROBIKU / FITNESS CLASS SCHEDULE

Platný od / Valid from 02.10.2017

Den/Date	Čas/Time	Typ / Type	Instruktor / Instructor
Pondělí			
Monday	12:00	Problematické partie / Problematic zones (45 minutes)	Jana Hálová
	18:00	Yoga	Zuzana Kudrnová
	19:00	Kruhový trénink / Circuit Training	Hana Jeřábková
Úterý			
Tuesday	12:00	Pilates (45 minutes)	Alexandra Svobodová
	18:00	Body training	Markéta Vrbová
Středa			
Wednesday	12:00	Body form (45 minutes)	Jana Hálová
Čtvrtek			
Thursday	12:00-12:45	Pilates (45 minutes)	Renata Sabongui
	12:45-13:15	V rytmu jihu / In the rhythm of the South (30 minutes)	Renata Sabongui
	18:00	Yoga	Tereza Křížová
	19:00	Tabata	Ladislav Brůžek