

## ROZPIS SKUPINOVÝCH LEKČÍ od 1. 3. 2024

<b>PONDĚLÍ</b>					<b>17.30 - 18.40</b> <b>KRUHOVÝ TRÉNINK</b> pokročilý	<b>18.45 - 19.55</b> <b>KRUHOVÝ TRÉNINK</b>	
					Jana	Jana	
<b>ÚTERÝ</b>				<b>15.30 - 16.40</b> <b>JUMP BUNGE</b> + PUMP FIT	<b>16.45-17.45</b> <b>SM SYSTÉM</b> ZDRAVÁ ZÁDA		
				Jana	Naďa		
<b>STŘEDA</b>	<b>8.30-9.30</b> <b>REHABILITAČNÍ</b> <b>PILATES</b>			<b>16.00 -17.10</b> <b>UZAVŘENÁ LEKCE</b> <b>VOLEJBAL</b>	<b>17.15 - 18.25</b> <b>KRUHOVÝ TRÉNINK</b> pokročilý	<b>18.30 - 19.40</b> <b>CARDIO INTERVAL</b> <b>ALPINNING+POSILOVÁNÍ</b>	
	Naďa			Jana	Jana	Jana	
<b>ČTVRTEK</b>				<b>16.20 - 17.30</b> <b>FULL BODY</b> <b>TRÉNINK</b>		<b>17.40 - 18.40</b> <b>BODY BALANCE</b>	
				Jana		Vanda	
<b>PÁTEK</b>	<b>8.00 - 9.00</b> <b>SM SYSTÉM</b> <b>ZDRAVÁ ZÁDA</b>			<b>16.00- 17.10</b> <b>HODINA NA SLEPO</b>			
	Naďa			Jana			
<b>SOBOTA</b>							
<b>NEDĚLE</b>		<b>8.45 -9.55</b> <b>KRUHOVÝ TRÉNINK</b>				<b>17.30 - 18.30</b> <b>PILATES</b> pro pokročilé	<b>18.30 - 19.30</b> <b>REHABILITAČNÍ</b> <b>PILATES</b>
		Jana				Naďa	Naďa

HEALTH PARK WELLNESS CENTRUM OPAVA, VELESЛАVÍNOVA 6, 746 01 OPAVA

REZERVACE NA TEL: 553 770 970, 725 045 190

*Rezervace na cvičení FIT MAMINKY na <https://cviceni-pro-maminky-s-detmi.reservio.com/booking>*