

ROZPIS SKUPINOVÝCH LEKCÍ od 1. 7.2026

PONDĚLÍ	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK WORKOUT					17.15 - 18.25 KRUHOVÝ TRÉNINK pokročilý	18.30 - 19.30 KRUHOVÝ TRÉNINK	
	Jana					Jana	Jana	
ÚTERÝ	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK WORKOUT		8.00 - 9.10 KRUHOVÝ TRÉNINK WORKOUT		15.30 - 16.40 KRUHOVÝ TRÉNINK začátečníci			19.00 - 20.00 BOXERSKÝ TRÉNINK
	Jana		Jana		Jana			Danek
STŘEDA	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK WORKOUT	8.30 - 9.30 REHABILITAČNÍ PILATES				17.15 - 18.25 KRUHOVÝ TRÉNINK pokročilý	18.30 - 19.40 CARDIO INTERVAL ALPINNING+POSILOVÁNÍ	
	Jana	Nad'a				Jana	Jana	
ČTVRTEK	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK WORKOUT		8.00 - 9.10 KRUHOVÝ TRÉNINK WORKOUT		16.20 - 17.30 FULL BODY TRÉNINK	17.55 - 18.55 BODY BALANCE	19.00 - 20.00 BOXERSKÝ TRÉNINK	
	Jana		Jana		Jana	Vanda	Danek	
PÁTEK	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK WORKOUT		8.00 - 9.00 ZDRAVÁ ZÁDA do 15.7.2026					
	Jana		Nad'a					
SOBOTA								
NEDĚLE		8.30 - 9.40 KRUHOVÝ TRÉNINK WORKOUT					18.30 - 19.30 REHABILITAČNÍ PILATES	
		Jana					Nad'a	

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

REZERVACE NA TEL: 553 770 970, 725 045 190,

NA RANNÍ HODINY S JANOU SE REZERVUJTE NA TEL: 608 037 707