

ROZPIS SKUPINOVÝCH LEKČÍ od 19. 10. 2026

PONDĚLÍ	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK		8.15 - 9.25 BODYSTYLING				15.30 - 16:30 JÓGA				17.15 - 18.25 KRUHOVÝ TRÉNINK pokročilý		18.30 - 19.40 KRUHOVÝ TRÉNINK					
	Jana		Jana				Katka M.				Jana		Jana					
ÚTERÝ	7.00 - 8.10 FUNKČNÍ TRÉNINK				8.00 - 9.10 FULL BODY				15.30 - 16.40 BODYSTYLING				17.00 - 18.00 ZUMBA		18.30 - 19.30 JÓGA		19.00 - 20.00 BOXERSKÝ TRÉNINK funkční zóna	
	Jana				Jana				Jana				Petra		Katka M.		Daniel	
STŘEDA	7.00 - 8.10 FUNKČNÍ TRÉNINK		* 8.30 - 9.30 REHABILITAČNÍ PILATES				16.00 - 17.10 UZAVŘENÁ LEKCE VOLEJBAL				17.15 - 18.25 KRUHOVÝ TRÉNINK pokročilý		18.30 - 19.40 CARDIO INTERVAL ALPINNING+POSILOVÁNÍ					
	Jana		Naďa				Jana				Jana		Jana					
ČTVRTEK	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK				8.00 - 9.10 BODYSTYLING				16.20 - 17.30 FULL BODY TRÉNINK				17.40 - 18.40 BODY BALANCE		18.00 - 19.00 BOSU funkční zóna		19.00 - 20.00 BOXERSKÝ TRÉNINK funkční zóna	
	Jana				Jana				Jana				Vanda		Katka S.		Daniel	
PÁTEK			7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK		9.00 - 10.00 ZUMBA		10.30 - 11.30 AQUA ZUMBA		16.00 - 17.10 HODINA NA SLEPO				17.30 - 18.30 PŘIPRAVUJEME KURZ BUNGEE WORKOUT od října 2026					
			Jana		Petra		Petra		Jana									
SOBOTA					9.30 - 10.30 BODY PUMP													
					Katka S.													
NEDĚLE			8.45 - 9.55 KRUHOVÝ TRÉNINK										* 18.00 - 19.00 REHABILITAČNÍ PILATES					
			Jana										Naďa					

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

REZERVACE NA TEL: 553 770 970, 725 045 190

REZERVACE NA RANNÍ HODINY S JANOU NA TEL: 608 037 707

* do 31.12.2026 zástup po dobu nemoci Jana Pavlíčková a Lenka Cabadajová