

ROZPIS SKUPINOVÝCH LEKCÍ

PONDĚLÍ				17.30 - 18.45 KRUHOVÝ TRÉNINK	od 3.10.2022 18.45 - 19.45 INTERVALOVÝ TRÉNINK	
				Jana	Jana	
ÚTERÝ				15.45 - 16.45 PUMP FIT	16.45-17.45 SM SYSTÉM ZDRAVÁ ZÁDA	
				Jana	Nad'a	
STŘEDA		8.30-9.30 REHABILITAČNÍ PILATES			17.15 - 18.30 KRUHOVÝ TRÉNINK	18.30 - 19.45 ALPINNING+POSILOVÁNÍ
		Nad'a			Jana	Jana
ČTVRTEK				16.15 - 17.15 HODINA NASLEPO		17.30 - 18.30 BODY BALANCE
				Jana		Vanda
PÁTEK	8.00 - 9.00 ZDRAVÁ ZÁDA			od 7. 10. 2022 16.00 - 17.15 FORM TRÉNINK		
	Nad'a			Jana		
SOBOTA						
NEDĚLE		8.45 - 9.55 KRUHOVÝ TRÉNINK			17.30 - 18.30 PILATES S POSILOVÁNÍM	18.30 - 19.30 REHABILITAČNÍ PILATES
		Jana			Nad'a	Nad'a

HEALTH PARK WELLNESS CENTRUM OPAVA, VELESLAVÍNOVA 6, 746 01 OPAVA
 REZERVACE NA TEL: 553 770 970, 725 045 190

V letních měsících dochází ke změně rozpisu skupinových lekcí