

ROZPIS SKUPINOVÝCH LEKČÍ od 1. září 2021

| | | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|---------------------------------------|--|--|---|---|---------------------------------------|--------------------------|
| PONDĚLÍ | 7.00 - 8.00 PUMP FIT | | | | | 17.15 - 18.30 KRUHOVÝ TRÉNINK | 18.30 - 19.30 TABATA | |
| | Jana | | | | | Jana | Jana | |
| ÚTERÝ | | 8.00 - 9.00 PUMP FIT | | | 15.45 - 16.45 PUMP FIT | 16.45-17.45 SM SYSTÉM ZDRAVÁ ZÁDA | 19.00 - 20.00 CORE TRAINING | |
| | | Jana | | | Jana | Nad'a | Lenka | |
| STŘEDA | 7.00 - 8.00 FORM TRÉNINK | 8.30-9.30 REHABILITAČNÍ PILATES | | | 16.00 - 17.00 KURZ PRO TĚHOTNÉ dle vypsaneho termínu | 17.15 - 18.30 KRUHOVÝ TRÉNINK | 18.30 - 19.45 ALPINNING+POSILOVÁNÍ | |
| | Jana | Nad'a | | | Lenka | Jana | Jana | |
| ČTVRTEK | | 8.00 - 9.15 KRUHOVÝ TRÉNINK | | | 16.00 - 17.00 TABATA | 17.15 - 18.15 PUMP FIT funkční zóna | 18.00 - 19.00 BODY BALANCE | |
| | | Jana | | | Jana | Jana | Vanda | |
| PÁTEK | 8.00 - 9.00 ZDRAVÁ ZÁDA | | | | 16.00 - 17.15 HODINA NASLEPO | 17.30 - 18.30 TABATA | | |
| | Nad'a | | | | Jana | Pavla | | |
| SOBOTA | | | | | | | | |
| NEDĚLE | | 8.45 - 10.00 KRUHOVÝ TRÉNINK | | | | | 18.00 - 19.00 KONDIČNÍ PILATES | 19.00 - 20.00 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