

ROZPIS SKUPINOVÝCH LEKČÍ od 15. 5. 2026

PONDĚLÍ	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ TRÉNINK					17.15 - 18.25 KRUHOVÝ TRÉNINK pokročilý	18.30 - 19.40 KRUHOVÝ TRÉNINK		
	Jana					Jana	Jana		
ÚTERÝ	7.00 - 8.10 FUNKČNÍ TRÉNINK		8.00 - 9.10 KRUHOVÝ TRÉNINK		15.30 - 16.40 KRUHOVÝ TRÉNINK začátečníci		17.00 - 18.00 ZUMBA		19.00 - 20.00 BOXERSKÝ TRÉNINK
	Jana		Jana		Jana		Petra		Daniel
STŘEDA	7.00 - 8.10 KRUHOVÝ 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 KRUHOVÝ TRÉNINK		16.20 - 17.30 FULL BODY TRÉNINK		17.40 - 18.40 BODY BALANCE		19.00 - 20.00 BOXERSKÝ TRÉNINK F.ZÓNA
	Jana		Jana		Jana		Vanda		Daniel
PÁTEK		8.00 - 9.00 SM SYSTÉM ZDRAVÁ ZÁDA	9.00 - 10.00 ZUMBA		16.00 - 17.10 HODINA NA SLEPO				
		Naďa	Petra		Jana				
PÁTEK	7.00 - 8.10 FUNKČNÍ ZÓNA KRUHOVÝ TRÉNINK								
	Jana								
SOBOTA									
NEDĚLE		8.45 - 9.55 KRUHOVÝ TRÉNINK					18.30 - 19.30 REHABILITAČNÍ PILATES		
		Jana					Naďa		

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

REZERVACE NA TEL: 553 770 970, 725 045 190

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