



# ROZVRH

## SPORTOVNÍCH AKTIVIT

od **01.09.2014**

	9:00	10:00	10:00	11:00	11:00	12:00	12:00	13:00	13:00	14:00	14:00	15:00	15:00	16:00	16:00	17:00	17:00	18:00	18:00	19:00	19:00	20:00	20:00	21:00	21:00	22:00	
<b>PONDĚLÍ</b>																		Aerobic <b>KOČKY</b> přípravka děti od 11 - 14 let <b>VERČA</b> 17:30 až 18:30	<b>POSILOVÁNÍ</b> <b>MUŽI</b> <b>MARTINA</b> 18:30 až 19:30	Aerobic <b>STEP</b> <b>AEROBIC</b> mírně pokročilí a pokročilí <b>VLAĐKA</b> 19:30 až 20:30							
<b>ÚTERÝ</b>																		<b>SPORTOVNÍ</b> <b>PŘÍPRAVA</b> děti od 3-6 let <b>MARTINA</b> 16:30 až 17:30	<b>TRX</b> začátečníci <b>MARTINA</b> 18:00 až 19:00	<b>KARDIO</b> a <b>BODY</b> <b>TRANING</b> začátečníci a mírně pokročilí <b>MÍŠA</b> 19:00 až 20:00	<b>JOGA</b> a <b>RELAXACE</b> <b>PETRA</b> 20:00 až 21:30						
<b>STŘEDA</b>																		Aerobic <b>BERUŠKY</b> přípravka děti od 6 - 10 let <b>VERČA</b> 17:00 až 18:00	Aerobic <b>PILATES</b> začátečníci <b>VLAĐKA</b> 18:00 až 19:00		<b>POSILOVÁNÍ</b> <b>MUŽI A</b> <b>ŽENY</b> <b>PAVEL</b> 20:00 až 21:00						
<b>ČTVRTEK</b>	Aerobic <b>BODY</b> <b>TRANING</b> <b>MARTINA</b> 09:00 až 10:00	<b>CVIČENÍ</b> pro <b>SENIORY</b> <b>VLAĐKA</b> 10:00 až 11:00																<b>TANCOVÁNÍ</b> pro <b>RADOST</b> <b>VERČA</b> 17:00 až 18:00	<b>FITBOX</b> začátečníci <b>KATKA</b> 18:00 až 19:00	<b>TRX</b> začátečníci <b>MÍŠA</b> 19:00 až 20:00							
<b>PÁTEK</b>																			<b>POSILOVÁNÍ</b> <b>MUŽI</b> <b>MARTINA</b> 18:00 až 19:00	<b>JOGA</b> a <b>RELAXACE</b> <b>PETRA</b> 19:15 až 20:45							
<b>SOBOTA</b>																											
<b>NEDĚLE</b>																			<b>ZPEVŇOVÁNÍ</b> <b>POSTAVY</b> <b>HBS</b> začátečníci a mírně pokročilí <b>MARTINA</b> 18:00 až 19:00	<b>FITBOX</b> začátečníci <b>KATKA</b> 19:00 až 20:30							

