SPORTCENTRUM IMPERIAL

Rozvrh skupinových cvičení

Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota
08.00-08.25 **PEVNÉ POZADÍ**	08.00-08.45 **KRUHOVÝ TRÉNINK**	08.30-09.25 **YOGA** Olga	08.00-08.55 **TRX**		
17.00-17.55 **BODYFORMING** Jarmila		17.00-17.55 **BODYFORMING** Martina	16.30-17.55 **AEROBIC VARIACE** **T-BOW, STEP,DANCE** Jana U.	17.00-17.55 **TRX** Marie	**Neděle**
18.00-18.55 **YOGA** Olga	18.00-18.55 **FUNKČNÍ TRÉNINK** Tonda	18.00-18.25 **PEVNÉ BŘICHO** Marie	18.00-18.55 **PILATES** Jarmila	18.00-18.25 **PEVNÉ BŘICHO** Marie	18.00-18.40 **TABATA** Martina
	19.00-19.25 **ZDRAVÁ ZÁDA** Tonda				18.45-19.15 **SM SYSTÉM** Martina

Silová lekce · Taneční lekce · Kardio lekce · Body & Mind

Jména lektorů u jednotlivých lekcí jsou orientační, změna lektorů vyhrazena.
Individuální lekci s trenérem Vám rádi nabídneme v jakémkoliv neobsazeném termínu.
Podrobné informace Vám poskytne recepce Sportcentra. Tel.: +420 353 203 700
Rozvrh je platný od 16.09.2019