

## Rozvrh platný od 1.2.2019

	7:00-8:00	8:00-9:00	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
pondělí				Cvičení maminky s dětmi (1-4) Helena	Cvičení maminky s miminky (4-6m) Jana		Zdravý pohyb pro děti (6-12) od 13:20 Helena K.		Jóga pro děti (6-10) Radka	Fly jóga pokročilí (7-11) Radka	Fly jóga pokročilí (7-11) Radka	Fly jóga pokročilí (12-15) Radka	Vinyasa jóga Daniela	Pilates (pomůcky) Helena
úterý			Bosu Pilates *** Helena	Tai-chi Šárka				Uzavřená skupina Tereza		Zumba Kids (8-12) 15:40-16:25 Helena	Dobrodružná stezka (do 17:30) Daniel a Pavlína	Ping-pong (8-15) Týna	Single ladies Petra	Antigravity Honza
středa		Uzavřená skupina Helena	Jóga Daniela				Zdravý pohyb pro děti (6-12) od 13:20 Helena K.				Aikido (7-12) Zdeněk	Kruhový trénink Marián	Jóga nejen pro muže Daniela	
čtvrtek			Cvičení nejen pro seniory Blanka	Cvičení maminky s dětmi (1-4) Simča			Zdravý pohyb pro děti (6-12) od 13:20 Helena K.		Krav Maga Junior (6-9) Jana	Krav Maga Junior (10-14) Jana	Uzavřená skupina Marián	Zumba Martina	Pilates Martina	
pátek				Omlazovací koncepce dle Xany Bati Tereza J.	Písničko-hrátky *** Pavlína	Uzavřená skupina Tereza			Fly jóga začátečníci Radka	Fly jóga pokročilí (7-11) Radka	Fly jóga *** Radka			
sobota														
neděle													Taneční pro páry *** Petra	

běžná lekce  
 kroužek

neplatí permanentky  
 uzavřená skupina

\*\*\* nutná rezervace předem

[www.studio123.cz](http://www.studio123.cz)

tel. 602 481 383