



Rozvrh na KVĚTEN 2018

MALÝ SÁL	VEČERNÍ LEKCE		
	RANNÍ 9,00-10,00	17,30-18,30	19,00-20,00
ÚT 01.05.2018			
ST 02.05.2018		JARDA	
ČT 03.05.2018			
PÁ 04.05.2018			
SO 05.05.2018			
NE 06.05.2018			
PO 07.05.2018		JARDA	
ÚT 08.05.2018			
ST 09.05.2018		MARTINA	
ČT 10.05.2018			
PÁ 11.05.2018			
SO 12.05.2018			
NE 13.05.2018			
PO 14.05.2018		ERŽA	
ÚT 15.05.2018			
ST 16.05.2018			
ČT 17.05.2018			
PÁ 18.05.2018			
SO 19.05.2018			
NE 20.05.2018			
PO 21.05.2018		JARDA	
ÚT 22.05.2018			
ST 23.05.2018			
ČT 24.05.2018			
PÁ 25.05.2018			
SO 26.05.2018			
NE 27.05.2018			
PO 28.05.2018		ERŽA	
ÚT 29.05.2018			
ST 30.05.2018			
ČT 31.05.2018			

VELKÝ SÁL	VEČERNÍ LEKCE			
	RANNÍ 9,00-10,00	16,45-17,45	18,00-19,00	19,15-20,15
ÚT 01.05.2018			zrušeno	JITKA
ST 02.05.2018			DENISA	
ČT 03.05.2018		MARKETA B - 6. lekce	JITKA	DENISA
PÁ 04.05.2018				
SO 05.05.2018	PAVLÍNA			
NE 06.05.2018				
PO 07.05.2018			DENISA	
ÚT 08.05.2018			zrušeno	JITKA
ST 09.05.2018			JITKA	
ČT 10.05.2018			JITKA	JARDA
PÁ 11.05.2018				
SO 12.05.2018	PAVLÍNA			
NE 13.05.2018				
PO 14.05.2018			KATKA	
ÚT 15.05.2018			PAVLA	MÍŠA
ST 16.05.2018			DENISA	
ČT 17.05.2018			JITKA	DENISA
PÁ 18.05.2018				
SO 19.05.2018	PAVLÍNA			
NE 20.05.2018				
PO 21.05.2018			DENISA	
ÚT 22.05.2018			PAVLA	MÍŠA
ST 23.05.2018			JITKA	
ČT 24.05.2018			ALICE	DENISA
PÁ 25.05.2018				
SO 26.05.2018	PAVLÍNA			
NE 27.05.2018				
PO 28.05.2018			DENISA	
ÚT 29.05.2018			PAVLA	MÍŠA
ST 30.05.2018			KATKA	
ČT 31.05.2018			JITKA	JARDA

HATHA JÓGA komplexní posílení a protažení celého těla zaměřené na harmonii	SPINNING trénink na stacionárním kole
BOSU cvičení na balanční plošině, které rozvíjí svalovou rovnováhu	FLOWIN plynulé posilovací a protahovací cvičení na podložce s vlastní vahou
PILATES program, který využívá fyzioterapeutické prvky	SM SYSTÉM kurz o délce 6ti lekcí pro zdravou páteř (stabilizace a mobilizace páteře)

tel.: 739 053 268

www.energyflow.cz