

Příloha č. 1: Rozvrh skupinových lekcí v Health + Prague fit club, s.r.o.



	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota	Neděle
7:30	Yoga	Cycling	Pilates	Cycling	Pilates		
8:30							
9:30					Yoga pro těhotné	Cycling	
						Core training / Problémové partie	
11:30	Bossu training	Funkční trénink	Yoga		Zumba	Pole Dance	
12:00				Řízená reaxace			
12:30	Zumba	Bossu kardio	Cycling		Cycling		
13:00				Kruhový trénink			
16:00	Kruhový trénink	Core training / Problémové partie	Zumba	TRX	Body Combat		Cycling
17:00	Body Pump	Body Combat	Yoga	Step Aerobic	Kick Box		Body Pump
18:00	TRX	Pilates	Cycling	Body Pump	TRX		Core Training
19:00	Pole dance	Street dance	Body Pump	Gym Balls			Yoga
20:00	Yoga						



JIŽ BRZY!!!

NOVÝ FIT KLUB
v centru Prahy PRÁVĚ
PRO VÁS.

OTEVŘENO
OD 1.9.2015



Mezibranská 1592 / 17, Praha 1

Tel: 224 235 162

www.healthplusprague.cz