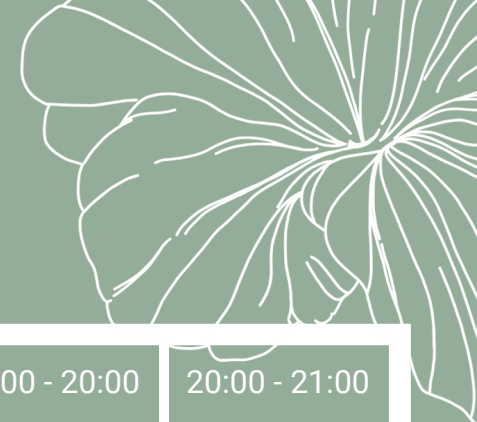


ROZVRH PRAVIDELNÝCH LEKCÍ

platný od 2. 9. 2019



	7:00 - 9:00		9:00 - 10:00		10:00 - 11:00		11:00 - 12:00		12:00 - 13:00		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		8:30 - 9:30 Vinyasa 2-3 L. Polesná					11:30 - 12:30 Jemná jóga 0-4 N. Maio						15:30 - 16:30 Kurz Holky 11-15 let			17:00 - 18:00 Slow vinyasa 1-3 L. Lustigová		18:15 - 19:15 Power jóga 2-4 I. Doleželová		19:30 - 20:30 Jemná jóga 0-4 I. Romanovská				
Úterý	7:15 - 8:15 Ranní jóga H. Ambrožová		9:00 - 10:00 Kurz Mírně pokroč.			10:30 - 11:30 Onko jóga J. Janešová	11:45 - 12:45 Kurz Power jóga pokroč.						15:50 - 16:50 Kurz Zdravá záda			17:00 - 18:00 Vinyasa 1-4 I. Romanovská		18:30 - 19:30 Zákl. ashtan 1-4 I. Mižďochová		19:45 - 20:45 Jemná 1-3 L. Lustigová A. Kocourek				
		8:45 - 9:45 Power jóga 2-4 H. Ambrožová														17:15 - 18:15 Jemná j. 0-4 I. Zemanová				19:30 - 20:30 Kurz Feldenkrais				
Středa		8:45 - 9:45 Hatha jóga 0-3 D. Pojezná				10:15 - 11:15 Seniorem s radostí D. Pařízková	11:30 - 12:30 Polední jóga 0-4 I. Romanovská				14:45 - 15:45 Kurz Holky 11-15 let			16:00 - 17:00 Kurz Power jóga začát.			17:15 - 18:15 Slow vinyasa 1-3 L. Lustigová		18:30 - 19:30 Zdravá záda 0-4 L. Polesná		19:45- 20:45 Flow na dobrou noc 0-4 L. Polesná			
Čtvrtek	7:15 - 8:15 Ranní jóga H. Ambrožová		9:00 - 10:00 Jemná jóga 0-4 D.Pařízková													17:00 - 18:00 Jemná j. 0-4 S. Zemanová		18:15 - 19:15 Power jóga 2-4 I. Jindráková		19:30- 20:30 Jemná jóga 0-4 I. Jindráková				
																	17:45 - 19:00 Balancing Yin&Yang ENG 1-3 I. Martinez							
Pátek		8:30 - 9:30 Kurz Power mírně pokroč.					11:30 - 12:30 Zdravá záda 0-4 L. Polesná										17:00 - 18:00 Páteční jóga							
		8:45 - 9:45 Hatha jóga 0-3 D. Pojezná																						
Sobota			9:00 - 10:00 Sobotní jóga																					
Neděle																	17:00 - 18:15 Yin Yoga for happy life ENG I. Martinez		18:30 - 19:30 Nedělní jóga					

0 = poprvé na józe 1 = začátečník - cvičí méně než 1x týdně 2 = mírně pokročilý - cvičí většinou 1x týdně 3 = středně pokročilý 4 = pokročilý

Lekce je nutné rezervovat. Změny rozvrhu vyhrazeny. Sledujte aktuální online rozvrh.

V případě zrušení lekce, kterou jste rezervovali, obdržíte min. 2 hod před lekcí sms.