

platný od 30.6. 2025

Rozvrh sálových lekcí B1F Club Benešova 14



pondělí	úterý	středa	čtvrtek	pátek	sobota	neděle
7:00 - 8:00	8:00 - 9:00	7:00 - 8:00	8:45 - 9:45			
BOOT CAMP	POLE DANCE	BOOT CAMP	POLE DANCE			
Dominik	Honza	Dáda	Tina			
10:15 - 11:15	10:15 - 11:15			8:15 - 9:15		
PEVNÉ BŘICHO A ZADEK	PILATES			POLE DANCE		
Silvie	Evelina			Honza		
				10:15 - 11:15		
				PEVNÉ BŘICHO A ZADEK		
				Silvie		
16:15 - 17:15		16:20 - 17:20				
SUPER PUMP		PEVNÉ BŘICHO A ZADEK				
Martin		Silvie				
17:15 - 18:15	17:05 - 18:05	17:30 - 18:30	17:05 - 18:05			
YOGA pro ZDRAVÁ ZÁDA	PILATES pro zdravá záda	POLE DANCE	POWER YOGA			
Evelina	Silvie	Stáňa	Silvie			
18:20 - 19:20	18:10 - 19:10		18:05 - 19:05			18:30 - 19:30
FUNKČNÍ TRÉNINK	SUPER KARDIO - Cardio Inferno		SUPER KARDIO - Cardio Inferno			POLE DANCE
Dáda	Martin		Martin			Lucie
19:30 - 20:30	19:20 - 20:20		19:15 - 20:15			
POLE DANCE	POLE DANCE		POLE DANCE			
Hanka	Hana		Natka			

POLE DANCE - hradí se vstup dle ceníku

www.big1fitness.cz - rezervace online

	žluté lekce zelené lekce POLE DANCE	rychlé pomalé	sportovní oblečení, ručník a tenisky sportovní oblečení, přezůvky, ručník, cvičí se bez obuvi kraťásky, přezůvky, ručník, cvičí se bez obuvi
--	--	------------------	--