

platný od 10.9. 2022

Rozvrh sálových lekcí B1F Club
Benešova 14



pondělí	úterý	středa	čtvrtek	pátek	sobota	neděle
7.00 - 8.00 BOOT CAMP Kristína	8:00 - 9:00 POLE DANCE A - Honza	7.00 - 8.00 BOOT CAMP Míša	7:15 - 8:15 POLE DANCE A, B, C - Honza	7.00 - 8.00 BOOT CAMP Kristína		
10:15 - 11:15 PEVNÉ BŘICHO A ZADEK Sylva				8:15 - 9:15 POLE DANCE A - Honza		
				10:15 - 11:15 PEVNÉ BŘICHO A ZADEK Sylva		
16.10 - 17.10 TABATA Adam		16.20 - 17.20 PEVNÉ BŘICHO A ZADEK Sylva	16:10 - 17:00 POLE DANCE Kids Hana	16:30 - 17:30 POLE DANCE Kids Hana / Natka		
17.15 - 18.15 YOGA pro ZDRAVÁ ZÁDA Evelína	17:10 - 18:10 POLE DANCE A, B, C - Petra	17.30 - 18.30 ZDRAVÁ ZÁDA Terka	17.00 - 18.00 POWER YOGA Silvie			
18:30 - 19:30 POLE DANCE A, B - Petra	18.20 - 19.20 SUPER KARDIO - Cardio Inferno Martin	18:45 - 19:45 POLE DANCE A - Stáňa	18:05 - 19:05 FUNKČNÍ TRÉNINK Silvie			18:30 - 19:30 POLE DANCE A, B - Lucie L.
	19:30 - 20:30 POLE DANCE A, B - Hana					
Pole Dance:	A - začátečníci	B - mírně pokročilí	C - pokročilí			www.big1fitness.cz - rezervace online