

<b>PONDĚLÍ</b>	17:05 - 17:55	<b>DĚTSKÝ AEROBIC a ROZTLESKÁVAČKY</b>	děti 5 -7 let	Horní Bříza - tělocvična ZŠ
	18:00 - 18:55	<b>BOSU</b>	začáteč. + pokročilí	
<b>ÚTERÝ</b>	17:05 - 17:50	<b>DĚTSKÉ ROZTLESKÁVAČKY</b>	děti 7-9 let	Horní Bříza - tělocvična ZŠ
	18:00 - 18:50	<b>DĚTSKÝ AEROBIC &amp; STEP AE - pokročilí</b>	děti od 10 let	
	19:00 - 20:00	<b>KRUHOVÝ TRÉNINK - INTERVAL TRAINING</b>	začáteč. + pokročilí	
<b>STŘEDA</b>	8:30 - 9:25	<b>PILATES + POWER JÓGA "ZDRAVÁ ZÁDA"</b>	cvičení pro každého	Třemošná - Exodus, U Zvonu 51
	9:30 - 10:15	<b>Cvičení pro MAMINKY S DĚTMI 1-3 roky</b>	děti 1-3 roky	
	10:15 - 11:00	<b>Cvičení pro MAMINKY S DĚTMI 1-3 roky</b>	děti 1-3 roky	
	18:00 - 18:55	<b>STEP AE s posilováním "SPAL A ZPEVNI TO "</b>	začáteč. + pokročilí	Horní Bříza - tělocvična ZŠ
	19:45 - 20:45	<b>PILATES + POWER JÓGA " ZDRAVÁ ZÁDA "</b>	cvičení pro každého	Kaznějov - tělocvična ZŠ
<b>ČTVRTEK</b>	17:00 - 17:50	<b>DĚTSKÝ STEP AEROBIC - středně pokročilí</b>	děti 7 - 10 let	Horní Bříza - tělocvična ZŠ
	18:00 - 18:55	<b>SPAL a ZPEVNI TO (CARDIO + TRX)</b>	začáteč. + pokročilí	
	19:05 - 20:00	<b>PILATES + POWER JÓGA "ZDRAVÁ ZÁDA"</b>	cvičení pro každého	
<b>PÁTEK</b>	14:30 - 15:20	<b>DĚTSKÝ AEROBIC A ROZTLESKÁVAČKY</b>	děti 1.-4.třída	Kaznějov - tělocvična ZŠ
	15:30 - 16:30	<b>DANCE, STEP AEROBIC A ROZTLESKÁVAČKY</b>	5.-9.třída	
	18:05 - 19:00	<b>SPAL a ZPEVNI TO (CARDIO + TRX) - lichý týden</b> <b>KRUHOVÝ TRÉNINK - sudý týden</b>	začáteč. + pokročilí	
<b>NEDĚLE</b>	18:00 - 18:55	<b>STEP TEAM - trénink závodního teamu</b>	junioři, dospělí...	Horní Bříza - tělocvična ZŠ
	19:05 - 20:00	<b>STEP MASTER</b>	stř. pokročilí, pokročilí	

**Můžete využít příspěvky zdravotní pojišťovny na pohybové aktivity !!!**

**1 lekce 75,-Kč, Permanentka na 10 lekcí 650,-Kč, kurzy pro děti a ostatní kurzy - info na www stránkách**

**Kontakt: V.Fránová - tel. 724 023 632, e-mail: FitClub.Veronika@seznam.cz Facebook: Fit Club Veronika**



