

Rozpis cvičení platný od 1. května 2022

F A J N E

Sálové aktivity		7:00-7:55	8:15-9:30	9:30-10:25	10:00-10:55										
pondělí	Malý sál		FAJNEČKO - dětský sportovní klub 2-5 let (bez rodičů)			15:30 Sabča & Karolína	16:35 Alena Lazecká	17:40 Sabča Skipalová	18:45 Klára Vacková						
	Velký sál	Vojta Vlček Ranní trénink			16:25 Sportovní příprava 4-7	17:30 Balance mix + břicho	18:35 Full body	19:40 Tabata							
úterý	Malý sál	Nikol Kvítková Tabata				16:35 Jitka Kulichová	17:40 Anna Hlaváčková	18:45 Sabča Skipalová							
	Velký sál		Martina Vodičková Ranní jóga	Jana Kepáková Pro mámy s mimí 3-18m		16:25 Lucka Křetinská	17:30 Lucka Křetinská	18:35 Lucka Křetinská	19:40 Terka Holášková	19:40 Intervalový trénink	19:30 Funkční trénink				
středa	Malý sál		Jitka Kulichová Jóga		15:30 Karolína Krejčí	16:35 Terka Pufferová	17:40 Nikol Kvítková	18:45 Kristýna Trošoková	19:50 Eliška Pačlová						
	Velký sál	Vojta Vlček Ranní trénink	Dáša Palzerová Pro mámy s dětmi 1,5 - 2,5		16:25 Gymnast.příprava 4-7	17:30 Street dance KIDS 7-11	18:35 Fat Burn	19:40 Zdravá záda	20:45 Zdravá záda PLUS						
čtvrtek	Malý sál	Nikol Kvítková Tabata		Magda Urbancová Klokánci 1,5 - 3 roky		16:35 Zuzka Schulmeisterová	17:40 Zuzka Schulmeisterová	18:45 Tereza Holášková							
	Velký sál					17:30 Zdravá záda PLUS	18:35 Zdravá záda PLUS	19:40 TRX							
pátek	Malý sál					16:35 Alena Lazecká	17:40 Nikol Kvítková								
	Velký sál	Adél Bartoncová Kruhový trénink				17:30 Balance mix + břicho	18:35 Full body pro ženy	19:40 Vojta Vlček							
sobota	Velký sál		Lucie Lomnická Powerjóga												
neděle	Malý sál						17:40 Terka Holášková	18:45 Nikol Kvítková	19:50 Jitka Kulichová						
	Velký sál						18:35 TRX	19:40 Fat Burn	21:05 Jóga						
							17:30 Adél Bartoncová	18:35 Vojta Vlček							
							18:25 Kruhový trénink	19:30 Hardcore trénink							

scfajne.cz nebo na tel +420 602 533 105, +420 602 388 147

spinning		8:00-9:15	10:00-10:55		15:30-16:15	16:15-17:05		17:10-18:05	18:20-19:15		
pondělí	spinning							Blanka Vašutová Rock spin	Rypka Power		
úterý	spinning							Jana Šťastná Power	Luci Koňakovská Power		
středa	spinning				Sandra Niklová Po porodu do kondice	Sandra Niklová Těhotná a fit		Lucie Akritidu Classic	Rypka Power		
čtvrtek	spinning							Luci Koňakovská Power	Luci Koňakovská Power		
pátek	spinning							Bára Šeděnková start 17:00 - Classic			
sobota	spinning	Blanka Vašutová Master spin									
neděle	spinning								Lucie Akritidu Classic		