SKUPINOVÉ LEKCE 23. 11. – 29. 11. 2026

TODAY FITNESS

Pondělí		**16:00 – 16:30** Půl hodinka pro ploché bříško **Soňa**	**18:00 – 19:30** **SÁL OBSAZEN**
Úterý	**7:20 – 8:10** Energy start **Marťa**		**17:00 – 18:00, 18:00 – 19:00** **SÁL OBSAZEN**
Středa	**7:20 – 8:10** Ranní protažení **Soňa**	**16:30 – 17:20** **SÁL OBSAZEN**	**18:00 – 19:00** **SÁL OBSAZEN**
Čtvrtek	**7:20 – 8:10** Silový trénink 💪 **Hanka**		**17:30 – 18:20** Strong and healthy **Marťa**
Pátek			**18:00 – 18:50** Intervalový trénink - Silově dynamický **Lenka**
Sobota			
Neděle			

Rezervace místa nutná min. 2 hodiny předem v naší aplikaci GYMIFY. Min. počet účastnic je 3, jinak se lekce nekoná. Aktuální stav je vidět v aplikaci GYMIFY a na webu. Rozvrh se může mírně změnit, sledujte nás na FB a IG.