

AKTUÁLNÍ ROZVRH OD 11. ZÁŘÍ 2017
Fit Studio JITKA

	PO	ÚT	ST	ČT	PÁ	NE
	<p>DOPOLEDNÍ KURZY CVIČENÍ KOJENCŮ A BATOLAT KURZY ZÁŘÍ – PROSINEC 2017 Cvičíme s miminky již od 3 měsíců. Rozpis kurzů ve fitstudiu nebo na www.fitstudiojitka.cz.</p> <p>Kurzy nácviku správné manipulace s miminkem Kurzy masáže miminek, šátkování Kurzy moderní látkové plenky Kurzy o kojení, Příkrmy Laktační poradenství Kontakt: 606 487 729</p>					
	<p>FIT STUDIO JITKA Tel: 602 111 619</p>					
15.00	15.00 KONDIČNĚ ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ PRO SENIORY ANIČKA Od 18.9.	15.30 MINIAEROBIK 3 – 4 roky JANA Od 19.9.				
16.00	16.00 MINIAEROBIK pro holky a kluky 3 – 4 let KAROLÍNA Od 18.9.	16.30 AEROBIK Děti 5 – 7 let PAVLA Od 19.9.	16.00 JÓGA pro děti 5 – 10 let JITKA Od 20.9.	16.00 AEROBIK Děti 5 – 7 let KAROLÍNA Od 21.9.		
17.00	17.00 AEROBIK Děti 8 – 16 let KAROLÍNA Od 18.9.	17.30 PILATES PRO ZDRAVÍ začátečníci mírně pokročilí JITKA N. Od 12.9.	17.00 TĚHULKY JITKA jednotlivé lekce Od 20.9.	17.00 AEROBIK Děti 8 – 16 let KAROLÍNA Od 21.9.		
18.00	18.00 VELKÉ MÍČE IVANA rezervace 607 571 216	18.30 PILATES INTERVAL TRÉNINK pokročilí JITKA N. Od 12.9.	18.00 ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ IVANA rezervace 607 571 216	NOVĚ 18.00 BOSU INTENZIVNĚ HANKA Od 14.9.		
19.00	19.00 ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ IVANA rezervace 607 571 216	NOVĚ 19.30 BOSU INTENZIVNĚ KAROLÍNA Od 26.9.	19.00 VELKÉ MÍČE IVANA rezervace 607 571 216	19.00 JEMNÝ PILATES A ZDRAVÁ ZÁDA JITKA Ž., ROMANA Od 14.9.		
20.00	20.00 JÓGA JANA rezervace 606 736 126 Od 11.9.		20.00 JÓGA JANA rezervace 606 736 126 Od 13.9.	<p>LEZECKÁ STĚNA – BOULDEROVKA Otevřeno pro veřejnost: PO a ST 18.30-21, ÚT 17.30–20.30 Kurzy lezení pro dospělé, děti, začátečníky, pokročilé.</p>		
						<p>Kurzy lezení pro děti Akce pro děti i dospělé na lezecké stěně Aktuálně dle rozpisu na www.hopohodickaslany.cz Lez. stěna tel: 602 200 375</p>
						<p>Nedělní cvičební akce Aktuálně vždy na webu</p>