

# ROZPIS CVIČENÍ V HELP CZ OD 6.9. – 3.10. 2010



PO	<b>16:30-17:30</b> Marcelka <b><u>POWER YOGA</u></b>		<b>17:30-18:30 OD 13.9.!</b> Maruška <b><u>TAE - BO</u></b>		<b>18:30 – 20:00</b> Jiřinka <b><u>ENERGY AEROBIC</u></b> <b>6.9./20.9./27.9. KS</b>	
ÚT	<b>16:30 – 17:30</b> Maruška <b><u>FITBALL+ CORE EXPRESS</u></b>	<b>17:30 - 18:30</b> Eliška <b><u>CHI-TONING</u></b>	<b>18:30-19:30</b> Hanka Sch <b><u>BODYSTYLING</u></b> <b>7.9. KS</b>		<b>19:30 – 20:30 OD 14.9.!</b> Hanka Š. <b><u>PILATES YOGA</u></b>	
ST	<b>17:00-18:00</b> Zuzka <b><u>BOSU PILATES</u></b>		<b>18:00-19:00</b> Míša D. <b><u>DANCE AEROBIC</u></b>		<b>19:00 – 20:00</b> Míša D. <b><u>PORT DE BRAS</u></b>	
ČT	<b>17:00 – 18:00</b> Jiřinka <b><u>DYNAMIC YOGA</u></b> <b>16.9. KS</b>		<b>18:00-19:00</b> Jiřinka <b><u>DANCE AEROBIC</u></b> <b>16.9. KS</b>		<b>19:00-20:00</b> Míša D. <b><u>P-CLASS</u></b> <b>16.9. KS</b>	
NE	<b>17:30-18:30</b> Míša D. <b><u>AEROBIC + posilování problem. partií</u></b> <b>12.9./19.9. KS</b>			<b>18:30 - 19:30</b> Míša D. <b><u>LATINO FIT</u></b> <b>12.9./19.9. KS</b>		

Provozovatel si vyhrazuje právo změny v rozvrhu hodin, aktuality najdete na [www.helptobefit.cz](http://www.helptobefit.cz).

**Lekce probíhají v malém sále (rezervace na recepci HELP CZ), v uvedených datech se zkratkou KS (kongresový sál) – cvičení probíhá v kongres. sále bez předchozí rezervace.**