

ROZVRH SKUPINOVÝCH LEKCÍ



ROZVRH PLATNÝ OD 1. ZÁŘÍ 2016

PONDĚLÍ / MONDAY

Čas / Time	Lekce / Lesson	Lektor	Studio
07:00 - 08:00	Indoor Cycling	Žaneta Huňková	3
09:00 - 10:00	Joga	Yana Fisher	3
10:00 - 11:00	Problem zones	Lucie Marečková	2
11:30 - 12:30	BODYPUMP®	Nikola Kloudová	2
12:30 - 13:30	Joga	Kristýna Paulus	3
15:30 - 16:30	BODYBALANCE®	Katka Bímanová	3
16:45 - 17:45	Bodystyling	Katka Bímanová	2
17:00 - 18:00	Joga	Daniela Hájková	3
18:00 - 19:00	BODYPUMP®	Lucie Římnáčová (Anna Neklanová)	2
18:15 - 19:15	Indoor Cycling	Honza Funda	3
19:00 - 20:00	Sexy Dance	Michal Šubr	2
19:15 - 20:15	BODYBALANCE®	Lucie Římnáčová (Jana Křížová)	3
20:00 - 20:30	GRIT®	Pepa Sýkora	2

ČTVRTEK / THURSDAY

Čas / Time	Lekce / Lesson	Lektor	Studio
07:00 - 08:00	Joga	Jana Čermáková	3
08:00 - 09:00	BODYATTACK®	Pepa Sýkora/Lenka Králová	2
09:00 - 10:30	Ashtanga joga	Miša Brožová	3
10:30 - 11:30	Problem zones	Katka Dobešová	2
12:00 - 13:00	BODYBALANCE®	Katka Bímanová	3
12:30 - 13:30	BODYPUMP®	Lucie Římnáčová (Lenka Králová)	2
16:30 - 17:30	Bodystyling	Katka Bímanová	2
17:00 - 18:00	Indoor Cycling	Michal Plandor	3
17:30 - 18:00	CXWORX®	Michal Šubr	2
18:00 - 19:00	Sexy Dance	Michal Šubr	2
18:15 - 19:15	Pilates	Jana Křížová	3
19:00 - 20:00	BODYPUMP®	Karel Matoušek	2
19:15 - 20:15	BODYBALANCE®	Michal Šubr	3

VÍCE INFORMACÍ A AKTUÁLNÍ ZMĚNY
www.factorypro.cz v sekci „rozvrh a rezervace“
Factory Pro Smíchov Studios

MOST CURRENT INFORMATION
www.factorypro.cz in section „schedule and reservation“
Factory Pro Smíchov Studios

LES MILLS
FOR A FITTER PLANET

ÚTERÝ / TUESDAY

Čas / Time	Lekce / Lesson	Lektor	Studio
7:00 - 8:00	BODYBALANCE®	Sylvie Smrčková Milanová	3
9:30 - 10:30	Joga	Marta Absolonová	3
10:00 - 10:30	GRIT®	Lucie Římnáčová (Ria Hrušovská)	2
10:30 - 11:30	Problem zones	Katka Dobešová	2
12:00 - 13:00	BODYPUMP®	Lucie Marečková	2
12:00 - 13:00	Power joga	Katka Dobešová	3
17:00 - 18:00	Bodystyling	Katka Bímanová	2
17:00 - 18:00	Pilates	Katka Čížková	3
18:00 - 18:30	CXWORX®	Lucie Římnáčová (Anna Neklanová)	2
18:00 - 19:00	BODYBALANCE®	Lenka Kadlecová	3
18:30 - 19:30	BODYATTACK®	Lucie Římnáčová (Pepa Sýkora)	2
19:00 - 20:00	Indoor Cycling**	Eva Bečvářová	3
19:30 - 20:30	BODYPUMP®	Karel Matoušek	2
20:00 - 21:00	Joga	Yana Fisher	3

** Čistá jízda 45 minut.

PÁTEK / FRIDAY

Čas / Time	Lekce / Lesson	Lektor	Studio
7:00 - 8:00	BODYBALANCE®	Lucie Římnáčová (Ria Hrušovská)	3
9:00 - 10:00	Indoor Cycling	Eva Bečvářová	3
10:00 - 11:00	BODYPUMP®	Katka Bímanová	2
11:30 - 12:30	Joga	Yana Fisher	3
12:30 - 13:00	GRIT®	Lucie Římnáčová (Ria Hrušovská)	2
16:30 - 17:30	BODYPUMP®	Eva Tučková	2
17:30 - 18:30	Problem zones	Lucie Marečková	2
17:45 - 18:45	BODYBALANCE®	Eva Tučková	3
18:30 - 19:00	CXWORX®	Michal Šubr	2
19:00 - 20:30	Zumba	Michal Šubr	2

STŘEDA / WEDNESDAY

Čas / Time	Lekce / Lesson	Lektor	Studio
07:00 - 08:00	BODYPUMP®	Pepa Sýkora	2
07:00 - 08:00	Indoor Cycling	Žaneta Huňková	3
09:00 - 10:00	Pilates-bodyform	Miša Zachníková	3
10:00 - 11:00	SHBAM®	Sylvie Smrčková Milanová	2
11:30 - 12:30	Problem zones	Michal Šubr	2
12:00 - 13:00	BODYBALANCE®	Hana Kalousková	3
16:45 - 17:45	BODYPUMP®	Anna Neklanová	2
17:00 - 18:00	Indoor Cycling	Martina Habrová	3
18:00 - 19:00	SHBAM®	Michal Šubr	2
18:00 - 19:00	Indoor Cycling	Martina Habrová	3
19:00 - 19:30	Express training	Michal Šubr	2
19:30 - 20:00	GRIT®	Pepa Sýkora/Lenka Králová	2
19:30 - 21:00	Joga	Kristýna Paulus	3

SOBOTA / SATURDAY

Čas / Time	Lekce / Lesson	Lektor	Studio
09:00 - 10:00	Bodystyling	Eva Tučková	2
09:00 - 10:00	Indoor Cycling	Martina Habrová / Mirka Kadlecová	3
10:15 - 11:15	BODYBALANCE®	Karolína Lišková	3
10:15 - 11:15	BODYPUMP®	Zdenka Svobodová	2
11:15 - 12:15	BODYATTACK®	Zdenka Svobodová	2

NEDĚLE / SUNDAY

Čas / Time	Lekce / Lesson	Lektor	Studio
09:00 - 10:30	Joga	Yana Fisher / Tobias Lorenz	3
09:30 - 10:30	BODYPUMP®	Karel Matoušek	2
10:30 - 11:30	Joga	Yana Fisher / Tobias Lorenz	3
10:45 - 11:15	CXWORX®	Eva Bečvářová	2
15:45 - 16:45	Pilates	Katka Bímanová	3
17:00 - 18:00	BODYPUMP®	Katka Bímanová	2
18:15 - 19:15	SHBAM®	Lucie Marečková	2
18:15 - 19:15	Indoor Cycling	Anna Neklanová	3