

# DEN PLNÝ POHYBU 5. 10. 2019

nadupaný program skupinových lekcí,  
vaši oblíbení instruktoři, doprovodný program,  
ochutnávky, občerstvení

**Termín: sobota 5. 10. 2019, 9.00 - 18.00 hod.**

**Místo: Balance Club Brumlovka**

**Cena: Členové klubu ZDARMA, ostatní 450 Kč**

# DEN PLNÝ POHYBU

## 5. 10. 2019

### SÁL 1

10.00 **SESTŘEL**  
J. Konečná, T. Mocik

11.00 **PUMP IT**  
Y. Kimmelová, P. Kubla

12.00 **GUNNING**  
O. Kredba, D. Machala

13.00 **CROSS WORKOUT**  
J. Jiskra, P. Kubla

14.00 **TRX**  
J. Jiskra

15.00 **KICKBOX**  
T. Michálková, L. Maxiánová

16.00 **AY FLY YOGA**  
M. Valdhans

### SÁL 2

9.30 **VINYASA YOGA**  
T. Beránková, P. Skala

11.00 **ZUMBA**  
L. Adamcová, G. Posavádová, R. Cadete

12.00 **POWER YOGA**  
L. Maxiánová

13.00 **FYZIO CARE**  
T. Michálková

14.00 **BOSU DYNAMIC**  
J. Kůstková

15.00 **PILATES**  
M. Valdhans

16.00 **STRONG + FOCUSED YOGA**  
se závěrečnou relaxací  
17.30 P. Němečková

### AQUA

10.00 **AQUA FIT**  
R. Cadete

11.00 **HYDROBIKE**  
L. Kasíková

### CYCLING

10.00 **GROUP CYCLING**

11.30 A. Kratochvílová, D. Machala

15.00 **GROUP CYCLING**  
J. Jelínek