

VÁNOČNÍ ROZVRH LEKCÍ / XMAS SCHEDULE LESSONS

Platí od 18. 12. 2017 do 1. 1. 2018 / Valid from 18/12/2017 to 1/1/2018

VINOHRADSKÁ

SOLÁRIUM BIBC
FITNESS BECK BOX CLUB
PRAHA

Vinohradská 190, P 3

PONDĚLÍ 18. / MONDAY 18



ČAS TIME	LEKCE LESSON	INSTRUKTOR INSTRUCTOR	SÁL HALL
09:00 - 09:55	POWER YOGA	BEDNÁŘOVÁ Marcela	2
10:00 - 11:30	BOX	OSIČKA Rostě	Boj.
10:00 - 10:55	KICKBOX KO	MRÁZ Martin	2
16:45 - 17:45	BODY PUSH	MORCILLO Christian	1
17:00 - 18:00	CYCLING	ZOUHAROVÁ Zdenka	Cyc.
17:15 - 18:15	FIT-CLASS	DYTRYCHOVÁ Lucie	2
18:00 - 19:00	DANCE AEROBIC	PASTUCHOVÁ Lucie	1
18:15 - 19:15	CYCLING	ZOUHAROVÁ Z.	Cyc.
18:30 - 20:00	BOX	OSIČKA Rostě	Boj.
18:30 - 19:30	TABATA	MORCILLO Christian	2
19:15 - 20:10	JUMPING	PASTUCHOVÁ Lucie	1
19:45 - 20:45	PILATES	KELIŠOVÁ Hana	2

ÚTERÝ 19. / TUESDAY 19



ČAS TIME	LEKCE LESSON	INSTRUKTOR INSTRUCTOR	SÁL HALL
06:30 - 07:30	CYCLING	MAŇÁKOVÁ Zuzana	Cyc.
07:00 - 07:55	POWER YOGA	HORÁKOVÁ Martina	1
09:00 - 09:55	P-CLASS / JUMPING	HEJCMANOVÁ Kateřina	1
10:00 - 11:30	BOX	OSIČKA Rostě	Boj.
16:45 - 17:45	BODY TRAINING	KELLEVA Jana	1
17:15 - 18:15	BODY PUSH	NEHASIL Martin	2
18:00 - 19:00	KNOCKOUT	HURNÍKOVÁ Adéla	1
18:00 - 19:25	BOX	KONEČNÝ Lukáš	Boj.
18:15 - 19:15	CYCLING	VEBR Mirek	Cyc.
18:30 - 19:25	ADK	VEČERKA Miroslav	2
19:45 - 20:45	POWER YOGA	POSPÍŠILOVÁ Kristýna	2

STŘEDA 20. a 27. / WEDNESDAY 20 & 27



ČAS TIME	LEKCE LESSON	INSTRUKTOR INSTRUCTOR	SÁL HALL
07:00 - 07:55	CYCLING	ŠIMÁK Martin	Cyc.
10:00 - 10:55	X TRAINING ARMY	MRÁZ Martin	2
10:00 - 11:30	BOX	OSIČKA Rostě	Boj.
16:45 - 17:45	BODY STYLING	PASTUCHOVÁ Lucie	1
17:15 - 18:15	ADK	VEČERKA Miroslav	2
18:00 - 19:00	STEP AEROBIC	PASTUCHOVÁ Lucie	1
18:15 - 19:15	CYCLING	MAŇÁKOVÁ Z. / BAŠKO K.	Cyc.
18:30 - 20:00	BOX	OSIČKA Rostě	Boj.
18:30 - 19:30	ABS (BŘICHO)	NEHASIL Martin	2
19:30 - 20:30	POWER YOGA	SKALA P. / NEHASIL M.	1

ČTVRTEK 21. a 28. / THURSDAY 21 & 28



ČAS TIME	LEKCE LESSON	INSTRUKTOR INSTRUCTOR	SÁL HALL
9:00 - 9:55	PILATES	KELIŠOVÁ Hana	2
10:00 - 10:55	ABS-G	NEHASIL Martin	1
10:00 - 11:30	BOX	KONEČNÝ Lukáš	Boj.
18:00 - 19:00	PILOXING/BODY	HURNÍKOVÁ A. / HEJCMANOVÁ	1
18:00 - 19:25	BOX	KONEČNÝ Lukáš	1
18:15 - 19:15	CYCLING	ZOUHAR Jirka	Cyc.
19:15 - 20:15	JUMPING	HEJCMANOVÁ Kateřina	1

PÁTEK 22. a 29. / FRIDAY 22 & 29



ČAS TIME	LEKCE LESSON	INSTRUKTOR INSTRUCTOR	SÁL HALL
10:00 - 11:30	BOX	OSIČKA Rostě	Boj.
10:00 - 10:55	WOMEN ARMY	MRÁZ Martin	2
17:00 - 18:00	TABATA	MORCILLO Christian	1
18:30 - 20:00	BOX	OSIČKA Rostě	Boj.
18:30 - 19:30	PORT DE BRAS	BARTOŠOVÁ Hanka	1

SOBOTA 23. a 30. / SATURDAY 23 & 30



ČAS TIME	LEKCE LESSON	INSTRUKTOR INSTRUCTOR	SÁL HALL
10:00 - 10:55	CYCLING	ŠIMÁK Martin	Cyc.

NEDĚLE 31. / SUNDAY 31



ČAS TIME	LEKCE LESSON	INSTRUKTOR INSTRUCTOR	SÁL HALL
10:00 - 11:30	MIX AEROBIC	PASTUCHOVÁ Lucie	1

VÁNOČNÍ SVÁTKY A NOVÝ ROK / XMAS AND NEW YEAR

24., 25., 26. 12. 2017 a 1. 1. 2018

Nejsou žádné sportovní lekce.

24, 25, 26/12/2018 & 1/1/2018

No lessons these days.

Změna programu vyhrazena. / The schedule is subject to change without notice.

Více informací naleznete na www.fitnessbbc.cz/rozvrh / For more information www.fitnessbbc.cz/en/schedule