

## Skupinová cvičení – Waltrovka

|       | Pondělí  | Úterý   | Středa  | Čtvrtek   | Pátek  |
|-------|--|---|---|---|--|
| 08:00 | <b>Zdravá záda (pokročilí)</b><br>08:00 – 09:00<br>Mgr. Martin Kuma      | <b>Zdravá záda</b><br>08:00 – 09:00<br>Mgr. Karel Novák             | <b>Zdravá záda</b><br>08:00 – 09:00<br>Mgr. Veronika Čmolíková  | <b>Zdravá záda (pokročilí)</b><br>08:00 – 09:00<br>Mgr. Martin Kuma | <b>Zdravá záda</b><br>08:00 – 09:00<br>Mgr. Barbora Englerová  |
| 09:00 | <b>Zdravá záda</b><br>09:00 – 10:00<br>Bc. Adam Kurka, BSc.              | <b>Pilates</b><br>09:00 – 10:00<br>Mgr. Tereza Štveráková, PhD.     |   | <b>Jóga</b><br>09:00 – 10:00<br>Mgr. Eva Jílková                    | <b>Zdravá záda</b><br>09:00 – 10:00<br>Mgr. Monika Hrachovcová |
| 10:00 |  | <b>Zdravá záda</b><br>10:00 – 11:00<br>Mgr. Veronika Čmolíková      |   |   |  |
| 11:00 | <b>Zdravá záda (pokročilí)</b><br>11:00 – 12:00<br>Mgr. Ivana Hrdličková | <b>Zdravá záda</b><br>11:00 – 12:00<br>Mgr. Petra Valouchová, Ph.D. | <b>Zdravá záda</b><br>11:00 – 12:00<br>Mgr. Petr Kapečka        |   |  |
| 12:00 | <b>Zdravá záda</b><br>12:00 – 13:00<br>Mgr. Barbora Englerová            |   |   |   |  |
| 14:00 | <b>Zdravá záda – BOSU</b><br>14:00 – 15:00<br>Terezie Čerbáková          |   |   |   |  |
| 15:00 |  |   | <b>Zdravá záda – BOSU</b><br>15:00 – 16:00<br>Terezie Čerbáková |   |  |
| 15:30 |  | <b>FIT KID, děti 10–15 let</b><br>15:30 – 16:30<br>Mgr. Eva Jílková |   |   |  |

|       |   |  |   |   |
|-------|---|--|---|---|
| 16:00 | <b>FIT KID, děti 6-10 let</b><br>16:00 - 17:00<br>Mgr. Lucie Chejnovská |  | <b>Zdravá záda</b><br>16:00 - 17:00<br>Mgr. Petra Marešová                | <b>FIT KID, děti 10-15 let</b><br>16:00 - 17:00<br>Mgr. Tereza Štveráková, PhD. |
| 17:00 | <b>Zdravá záda</b><br>17:00 - 18:00<br>Mgr. Barbora Englerová           | <b>Zdravá záda (pokročilí)</b><br>17:00 - 18:00<br>Mgr. Tomáš Hrdý |   |   |
| 17:30 |   |  | <b>Zdravá záda (pokročilí)</b><br>17:30 - 18:30<br>Mgr. Ivana Hrdličková  |   |
| 18:00 | <b>Zdravá záda</b><br>18:00 - 19:00<br>Mgr. Petr Kapečka                | <b>Zdravá záda</b><br>18:00 - 19:00<br>Mgr. Jitka Filová           |   | <b>Zdravá záda (pokročilí)</b><br>18:00 - 19:00<br>Mgr. Tomáš Hrdý              |
| 18:30 |   |  | <b>Zdravá záda</b><br>18:30 - 19:30<br>Ing. Anna Kratochvílová, Cert. MDT |   |