



VNÍMEJ SVÉ TĚLO

## Rozvrh klubu Vnímej své tělo platný od 1.1.2018

	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Neděle
RANNÍ A DOPOLEDNÍ LEKCE	06:30 - 08:30 Od 29.1. <b>MYSORE JÓGA</b> Alena Miklušová		07:15 - 08:30 <b>VNÍMEJ SVÉ TĚLO</b> Kateřina Jirů		07:15 - 08:30 <b>VNÍMEJ SVÉ TĚLO</b> Eva Kovářová	
	10:30 - 12:00 8.1. - 2.4. <b>JÓGA TŘETÍHO VĚKU</b> Irena Hájková	09:30 - 10:30 <b>VNÍMEJ SVÉ TĚLO PO PORODU S DĚTMI</b> Veronika Johánková	10:00 - 11:30 24.1. - 28.2. <b>V RYTMU PÁNEVNÍHO DNA</b> Míša Pospíšlová	10:00 - 11:30 <b>VNÍMEJ SVÉ TĚLO</b> Eva Kovářová	11:00 - 12:30 <b>ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ</b> Táňa Průchová	
		11:00 - 12:15 <b>VNÍMEJ SVÉ TĚHOTENSTVÍ</b> Veronika Johánková				
ODPOLEDNÍ A VEČERNÍ LEKCE	15:45 - 17:15 27.11. - 26.2. <b>JÓGA</b> Eva Kovářová			17:00 - 18:30 do 11.1. <b>VNÍMEJ SVÉ TĚLO</b> Eva Dalecká		
	17:30 - 19:00 <b>VNÍMEJ SVÉ TĚLO</b> Irena Hájková	17:00 - 18:30 28.11. - 20.2. <b>BOLAVÁ ZÁDA</b> Eva Kovářová	17:15 - 18:45 <b>VNÍMEJ SVÉ TĚLO</b> Michal Elčkner	17:00 - 18:30 18.1. - 26.4. <b>VNÍMEJ SVÉ TĚLO</b> Eva Dalecká		
	19:30 - 21:00 <b>Relaxace</b> Inspirativní večer Program na webu	19:00 - 20:30 28.11. - 20.2. <b>JÓGA</b> Eva Kovářová	19:00 - 20:15 10.1. - 28.3. <b>ČCHI KUNG</b> Karel Tejček	18:45 - 20:15 4.1. - 22.3. <b>SÍLA STŘEDU</b> Michal Elčkner		18:00 - 19:30 <b>SM SYSTÉM</b> Táňa Průchová

### OTEVŘENÁ LEKCE

Na otevřenou lekci není potřeba rezervace místa předem. Chystáte-li se ale poprvé, dejte to prosím dopředu vědět lektorovi dané lekce. Stačí zavolat nebo poslat SMS.

### KURZ

Kurz je ucelený cvičicí systém a je proto nutná rezervace místa předem.