

# SÁL 1 – CARDIO / TRX / BODY

Pokud se z rezervované hodiny neomluví klient: - 3 hodiny předem, bude mu účtován storno poplatek ve výši 100% ceny lekce  
 - 3-5 hodin předem, bude mu účtován storno poplatek ve výši 50% ceny lekce - 5 hodin do začátku lekce, nebude účtován žádný storno poplatek  
 Storno poplatek bude uhrazen při následující návštěvě centra nebo stržen z kreditu.



ČAS   DEN	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA	NEDĚLE
6.00				TRX 6.10-7.10 Šimčík R.			
7.00							
8.00		TRX 8.30-9.30 Dostálová V.			T+C 8.30-9.30 Dostálová V.	BP 8.50-9.50 Suchánková S.	
9.00	BW 9.30-10.30 Dostálová V. + hlídání dětí		TRX 9.30-10.30 Hrbáčková M. + hlídání dětí				
10.00							
11.00							
12.00						Rozvrh platný od 17. 3. 2025	
14.00							
15.00	AK 15.00-16.45 AK Olomouc	AK 15.00-16.45 AK Olomouc	AK 15.00-16.45 AK Olomouc	AK 15.00-16.45 AK Olomouc	AK 14.30-16.30 AK Olomouc		
16.00							
17.00	CS 16.50-17.50 Schwarzová M.	KT 16.50-17.50 Celtová E.	IW 16.50-17.50 Celtová E.	BP 16.50-17.50 Suchánková S.			PZ 17.30-18.30 Slaná V.
18.00	PZ 17.55-18.55 Szabo J.	FBT 17.55-18.55 Brandýsová R.	FT 17.55-18.55 Celtová E.	TRX 17.55-18.55 Brandýsová R.	TRX 17.45-18.45 Vacek M.		TRX 18.35-19.35 Čížek J.
19.00	TRX 19.00-20.00 Hrbáčková M.	TRX 19.00-20.00 Šimčík R.	TRX 19.00-20.00 Vacek M.	BW 19.00-20.00 Hrbáčková M.			
20.00							

FBT FULL BODY TRAINING
TRX TOTAL RESISTANCE EXERCISES
PZ PROBLEM ZONES
FT FUNKČNÍ TRÉNINK
BP BŘÍŠNÍ PEKÁČ
BW BODY WORKOUT
MC MOBILITY & CORE
T+C TRX+CORE
KT KRUHOVÝ TRÉNINK
IW INTERVAL WORKOUT
CS CARDIO STEP
Z ZUMBA

# SÁL 3 / OUTDOOR – SPECIÁLNÍ LEKCE

Pokud se z rezervované hodiny neomluví klient: • 3 hodiny předem, bude mu účtován storno poplatek ve výši 100% ceny lekce  
• 3-5 hodin předem, bude mu účtován storno poplatek ve výši 50% ceny lekce • 5 hodin do začátku lekce, nebude účtován žádný storno poplatek  
Storno poplatek bude uhrazen při následující návštěvě centra nebo stržen z kreditu.



ČAS   DEN	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA	NEDĚLE
6.00							
7.00							
8.00		RPJ 8.15-9.30 Szabo J.					
9.00	YW 9.00-10.10 Vykydalová J.			SBT 9.00-10.10 Vykydalová J.			
10.00		WC 9.40-10.40 Suchánková S.					
11.00							
12.00						Rozvrh platný od 17. 3. 2025	
14.00							
15.00	15.15-16.45 BALETNÍ ŠKOLA		15.15-16.45 BALETNÍ ŠKOLA		AK 14.30-16.00 AK Olomouc		
16.00		AK 15.55-16.55 AK Olomouc			AK 15.55-16.55 AK Olomouc		
17.00	CF 16.50-17.50 Horák P.	AY 17.15-18.30 Holíková R.	PZ 16.55-17.55 Slaná V.	J 17.00-18.00 Bělohávková L.	CF 16.45-17.45 Horák P.		HC 17.30-19.00 Suchánková S.
18.00	WC 17.55-18.55 Celtová E.		J 18.05-19.05 Chaloupková B.				
19.00	WY 19.00-20.15 Vykydalová J.	FW 18.45-19.45 Rathee S.	WY 19.10-20.25 Vykydalová J.	VFY 18.05-19.20 Janková J.			WPY 19.05-20.20 Slaná V.
20.00							

MC MOBILITY & CORE
 WHY WARM POWER YOGA
 WC WARM CORE
 CF CVIČENÍ S FYZIO.
 WY WARM YOGA
 HC HOT CORE
 PZ PROBLEM ZONES
 FW FYZIO & WARM
 AY AERO YOGA
 VFY VEČERNÍ FLOW YOGA
 J JUMPING
 SBT SOFT BODY TRAINING
 RPJ RANNÍ PROBUZENÍ S JÓGOU
 YW YOGA WORKOUT

# SÁL 4 – SLOW / DANCE

Pokud se z rezervované hodiny neomluví klient: - 3 hodiny předem, bude mu účtován storno poplatek ve výši 100% ceny lekce  
 - 3-5 hodin předem, bude mu účtován storno poplatek ve výši 50% ceny lekce - 5 hodin do začátku lekce, nebude účtován žádný storno poplatek  
 Storno poplatek bude uhrazen při následující návštěvě centra nebo stržen z kreditu.



ČAS   DEN	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA	NEDĚLE
6.00							
7.00	<b>RJ</b> 7.30-8.45 Vykydalová J.						
8.00					<b>WY</b> 7.55-8.55 Hrbáčková M.		
9.00	<b>CPD</b> 9.00-11.30 Cvičení pro děti www.promami.cz	<b>HY</b> 9.00-10.15 Slaná V.	<b>GVY</b> 9.00-10.15 Holíková R.	<b>BMY</b> 9.00-10.00 Slaná V.	<b>GVY</b> 9.00-10.15 Holíková R.	<b>VY</b> 9.00-10.15 Holíková R.	<b>P</b> 9.00-10.00 Komárková K.
10.00				<b>P</b> 10.05-11.05 Králová J.			
11.00							
12.00						<b>Rozvrh platný od 17. 3. 2025</b>	
14.00							
15.00	<b>AK</b> 15.00-16.30 AK Olomouc	<b>AK</b> 15.55-16.40 AK Olomouc		<b>AK</b> 15.00-16.35 AK Olomouc	<b>AK</b> 14.30-16.30 AK Olomouc		
16.00			<b>AK</b> 15.30-16.30 AK Olomouc				
17.00	<b>FY</b> 16.45-18.00 Holíková R.	<b>CB</b> 16.45-17.45 Dobrá M.	<b>WY</b> 16.35-17.35 Medřická M.	<b>DF</b> 16.40-17.40 Michlová P.	<b>FY</b> 16.45-18.00 Holíková R.		
18.00		<b>P</b> 17.50-18.50 Richterová D.	<b>FY</b> 17.45-19.00 Vykydalová J.	<b>JPM</b> 17.45-18.45 Holíková R.			<b>SD</b> 17.40-18.40 Střídání lektorů
19.00	<b>Z</b> 18.05-19.05 Polesová Z.	<b>VY</b> 18.55-20.10 Holíková R.		<b>VY</b> 18.50-20.05 Holíková R.			<b>VY</b> 18.45-20.00 Holíková R.
20.00	<b>P</b> 19.10-20.10 Králová J.		<b>FP</b> 19.05-20.05 Komárková K.				

**JPM** JÓGA PRO MUŽE  
 **VY** VINYASA YOGA  
 **VYI** VITALITY YOGA  
 **DF** DANCE FITNESS  
 **SD** SPECIAL DANCE  
 **FY** FLOW YOGA  
 **WY** WELLNESS YOGA  
 **GVY** GENTLE VINYASA YOGA  
 **P** FITNESS/ PILATES  
 **CB** CARDIO BODY  
 **Z** ZUMBA  
 **RJ** RANNÍ JÓGA  
 **BMY** BODY MOTION YOGA  
 **HY** HATHA YOGA  
 **WH** WHEEL YOGA