

AKTIVITY V TELOCVIČNI MEDEOLA od 2.9.2019

ZRC	9.00	10.00	11.00	12.00	13.00	14.00	15.00	16.00	17.00	18.00	19.00	20.00 - 21.00	
Pondelok	8.00 - 9.15 Jóga Zdravý chrbát	9.30 - 12.30 FUNNYGYM				13.45 - 18.45 CLIS DANCE DETI					19.00 - 20.15 ZDRAVOTNÁ JÓGA		
Utorok	8.00 - 9.15 JOGA	9.30 - 12.30 FUNNYGYM							16.30-17.30 FUNNYGYM		18.30 - 19.30 PILATES ŽENY	19.45 - 20.45 SÚKROMNÁ HODINA	
Streda		9.00 - 13.00 FUNNYGYM						16.00-17.45 BALET DETI		18.00-19.00 orient.tance	19.30 - 20.45 ZDRAVOTNÁ JÓGA		
Štvrtok	8.00 - 9.15 JOGA	9.30 - 12.30 FUNNYGYM						16.00-16.45 BALET DETI	17.00 - 18.15 JOGA		18.45 - 19.45 PILATES ŽENY		
Piatok		9.00 - 12.00 FUNNYGYM						16.00 - 17.30 pamäťové cvičenie seniori			18.00-19.00 PILATES ZRELÝ VEK		
Sobota													
Nedeľa										18.00-21.00 Spoloč.tance			



CLIS DANCE - Tanečná skupina, choreograf a tréner : Iveta Baloghová & Miroslav Balogh "SPUNKEY"

PILATES + Zdravý chrbát - cvičiteľka : Mgr. Ingrid Záborská

ZDRAVOTNÁ JÓGA - cvičiteľka : Evka Nikodemová

JOGA - cvičiteľka : Lucia Blašková Michalánská

ORIENTÁLNE TANCE - lektorka : Halka Tytykalová

SPOLOČENSKÉ TANCE - tančmajstri : Mgr.K.Brull a Ing.V.Bolender, organizuje: Ing. Elena Oltusová

FUNNYGYM - cvičiteľka : Mgr. Radka Tardíková

Balet deti - cvičiteľka : p.Katarína Singhofferová

Pamäťové cvičenie Seniori : vedie Mgr. Marta Gašparíková, organizuje Ing. Oltusová

baloghovaiвета@gmail.com tel.: 0905 603 482

iz@crystal-mngt.com tel.: 0903 808 636

nikodemovci@gmail.com tel.: 0948 045 605

masaze.luclabm@azet.sk tel.: 0907 329 727

halka.tytykalova@gmail.com tel.: 0907 273 036

zrc@zrc.sk tel.: 0907 796 765

info.funnygym@gmail.com tel.: 0948 171 519

k.singhofferova@gmail.com tel.: 0918 995 984

zrc@zrc.sk tel.: 0907 796 765