

Specializace FITNESS I

Datum	Čas	Téma	Vyučující	Tělocvična
27.5.	9 - 12	Body and Mind - jóga	Alena Skotáková	úpolová
	12 - 15	Posilování s vahou vlastního těla, s využitím pomůcek	Pavčina Vaculíková	pohybová
3.6.	9,30 - 12	Kettlebelly	Jan Šenkýř	univerzální
	12 - 15	Posilování s využitím pomůcek	Pavčina Vaculíková	univerzální
10.6.	9 - 12	Pilates	Alena Pokorná	úpolová
	12 - 15	Kruhový trénink	Radka Střeštíková	pohybová