



ROZVRH TĚLOCVIČNY - 2023/2024

Centrum trvalého zdraví - Cordeus a.s.

HOD/DEN	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota
8 - 9						
9 - 10	Pilates + Dana	Cvičení pro rodiče a děti Cviko		Pilates Reha Dana	Cvičení pro rodiče a děti Cviko	
10 - 11	SM - systém Jana	Cvičení pro rodiče a děti Cviko	Cvičení pro rodiče a děti Cviko	Cvičení pro rodiče a děti Cviko	Cvičení pro rodiče a děti Cviko	
11 - 12	FitPainFree Zdravotní cvičení 60+ Pavla	Cvičení pro rodiče a děti Cviko	Cvičení pro rodiče a děti Cviko		Cvičení pro rodiče a děti Cviko	
12 - 13	—		Cvičení pro rodiče a děti Cviko			
13 - 14						
14 - 15						
15 - 16		Pohybové hračky pro děti 3-6 let Cviko	Taneční skupina Nadotek			
16 - 17		Pohybové hračky pro děti 3-6 let Cviko				
17 - 18				FitPainFree Kompenzační cvičení Pavla		
18 - 19	Pilates Reha Dana	SM - systém Jana		FitPainFree Kompenzační cvičení Pavla		
19 - 20	Pilates + Dana	Joga Jana				
20 - 21						

KURZY PROBÍHAJÍ VE 3.PATŘE, V TĚLOCVIČNĚ CENTRA TRVALÉHO ZDRAVÍ - CORDEUS A.S.
tel: +420 251 097 311, 411 www.cordeus.cz info@cordeus.cz



ROZVRH MEDITAČNÍ MÍSTNOSTI - PODZIMNÍ SEMESTR 2022

Centrum trvalého zdraví - Cordeus a.s.

HOD/DEN	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota
9-10				Joga Jana		
10-11						
11-12						
17-18						
18-19	Naam jóga Pavčina		Cvičení v těhotenství gravid jóga Petra B	Jóga Prána cestou jogy Petra B		
19-20						
20-21						