

ROZVRH SÁLOVÝCH CVIČENÍ platný od 16.10.2025

akutální denní rozvrh lekcí včetně obsazenosti naleznete v on-line rezervacích na www.sqp.cz

		PONDĚLÍ																									
		7:00-8:00		8:00-9:00		9:00-10:00		10:00-11:00		11:00-12:00		14:00-15:00		15:00-16:00		16:00-17:00		17:00-18:00		18:00-19:00		19:00-20:00		20:00-21:00		21:00-	
		7:30-8:30		8:30-9:30		9:30-10:30		10:30-11:30		11:30-12:30		13:30-14:30		14:30-15:30		15:30-16:30		16:30-17:30		17:30-18:30		18:30-19:30		19:30-20:30		20:30-21:30	
sál 1																					18:00 - 19:00 ALPINNING Tereza	19:00 - 20:00 ALPINNING Ivet					
sál 2						9:30 - 10:30 PILATES Jana		10:30 - 12:30 CVIKO.cz kurz						15:00 - 16:00 SANG AE FUN 2 (8-14) kurz / Klaudi						17:30 - 18:30 TABATA Saša	18:30 - 19:30 FIT YOGA Věrka						
sál 3																					18:00 - 19:00 SPINNING Pavčina	19:00 - 20:00 SPINNING Hanka					
FIT ARENA							10:00 - 10:45 GYMNATHLON.cz kurz od 22.9.							15:30 - 17:30 SANG AE PROFI kurz / Verča						17:30 - 18:30 BODYFORM Lucka	18:30 - 19:30 KRUHOVÝ TRÉNINK Matěj						
sál GRAVITY																					17:15 - 18:15 GRAVITY Matěj						

ÚTERÝ																																						
7:00-8:00			8:00-9:00			9:00-10:00			10:00-11:00			11:00-12:00			14:00-15:00			15:00-16:00			16:00-17:00			17:00-18:00			18:00-19:00			19:00-20:00			20:00-21:00			21:00-		
		7:30-8:30		8:30-9:30		9:30-10:30		10:30-11:30		1:30-12:30		13:30-14:30		14:30-15:30		15:30-16:30		16:30-17:30		17:30-18:30		18:30-19:30		19:30-20:30		20:30-21:30												
sál 1																						18:00 - 19:00 ALPINNING Bára																
sál 2				8:30 - 9:30 CVIČENÍ PRO SENIORY Veronika		9:30 - 11:30 CVIKO.cz kurz											16:30 - 17:30 SANG SPORTOVKY 2 kurz / Jana		17:30 - 18:30 PEVNÉ BRÍCHO PEVNÝ ZÁDEK Lucka		18:30 - 19:30 BODYFORM Jana S.		19:30 - 20:30 POWER YOGA Jana S.															
sál 3	7:00 - 8:00 SPINNING Martin H.																16:30 - 18:00 JNS pronájem			18:00 - 19:00 JUMPING Vila		19:00 - 20:00 SPINNING Martin H.																
FIT ARENA																	16:00 - 18:00 SANG PROFI kurz / Verča			18:00 - 19:00 FITBOX Ruda		19:00 - 20:00 KRUHOVÝ TRÉNINK Filip																
sál GRAVITY					9:00 - 10:00 GRAVITY Zuza Dd.																																	

STŘEDA																											
7:00-8:00		8:00-9:00		9:00-10:00		10:00-11:00		11:00-12:00		14:00-15:00		15:00-16:00		16:00-17:00		17:00-18:00		18:00-19:00		19:00-20:00		20:00-21:00		21:00-			
		7:30-8:30		8:30-9:30		9:30-10:30		10:30-11:30		11:30-12:30		13:30-14:30		14:30-15:30		15:30-16:30		16:30-17:30		17:30-18:30		18:30-19:30		19:30-20:30		20:30 - 21:30	
sál 1					9:00 - 10:00 ALPINNING Bára														18:00 - 19:00 ALPINNING Tereza	19:00 - 20:00 ALPINNING Ivet							
sál 2					9:00 - 12:00 CVIKO.cz kurz										15:30 - 16:30 SANG AE FUN 1 (5-8) kurz / Klaudi	16:30 - 17:30 SANG AE FUN 2 (8-14) kurz / Klaudi	17:30 - 18:30 BOSU BALANTES Veronika		19:00 - 20:00 POUND Tereza								
sál 3															16:00 - 18:00 SANG AE JUNIOR (9-16) kurz / Natálie		18:00 - 19:00 SPINNING Jarda H.										
FIT ARENA														15:30 - 16:30 SANG PARKOUR 1 kurz / Dominik	16:30 - 17:30 SANG PARKOUR 2 kurz / Dominik	17:30 - 18:30 TABATA Saša	18:30 - 19:30 KRUHOVÝ TRÉNINK Petr / Jana J.										
sál GRAVITY																											

ČTVRTEK																											
7:00-8:00		8:00-9:00		9:00-10:00		10:00-11:00		11:00-12:00		14:00-15:00		15:00-16:00		16:00-17:00		17:00-18:00		18:00-19:00		19:00-20:00		20:00-21:00		21:00-			
		7:30-8:30		8:30-9:30		9:30-10:30		10:30-11:30		11:30-12:30		13:30-14:30		14:30-15:30		15:30-16:30		16:30-17:30		17:30-18:30		18:30-19:30		19:30-20:30		20:30 - 21:30	
sál 1																			18:00 - 19:00 ALPINNING Zbyšek								
sál 2				8:30 - 9:30 CVIČENÍ PRO SENIORY Veronika		9:30 - 10:30 PILATES Jana		10:30 - 11:30 CVIKO.cz kurz						15:30 - 16:30 SANG TP (7-12) kurz / Bára		16:30 - 17:30 FULL BODY Iveta				18:30 - 19:30 BODYSHAPE Lucka		19:30 - 20:30 PILATES Jana J.					
sál 3	7:00 - 8:00 SPINNING Martin H.																16:30 - 18:00 JNS pronájem				19:00 - 20:00 SPINNING Kačka						
FIT ARENA															15:30 - 17:30 SANG AE PROFI kurz / Verča				17:30 - 18:30 PEVNÉ BRÍCHO PEVNÝ ZÁDEK Lucka			19:00 - 20:00 TRX Filip					
sál GRAVITY					9:00 - 10:00 GRAVITY Zuza Dd.														17:45 - 18:45 GRAVITY Bára								

PÁTEK																																												
7:00-8:00		8:00-9:00		9:00-10:00		10:00-11:00		11:00-12:00		14:00-15:00		15:00-16:00		16:00-17:00		17:00-18:00		18:00-19:00		19:00-20:00		20:00-21:00		21:00-																				
		7:30-8:30			8:30-9:30			9:30-10:30			10:30-11:30			11:30-12:30			13:30-14:30			14:30-15:30			15:30-16:30			16:30-17:30			17:30-18:30			18:30-19:30			19:30-20:30			20:30 - 21:30						
sál 1																																												
sál 2			8:00 - 9:00 PILATES Jana			9:00 - 10:00 PILATES Jana			10:00 - 12:00 CVIKO.cz kurz																																			
sál 3																																												
FIT ARENA				8:30 - 9:30 FITBOX Andrea H.									14:00 - 15:00 SANG AE FUN 1 (5-8) kurz / Klaudi				15:30 - 17:30 SANG AE JUNIOR kurz / Natálie				17:30 - 18:30 PROBL. PARTIE Jana S.																							
sál GRAVITY																																												

SOBOTA									
7:00-8:00		8:00-9:00		9:00-10:00		10:00-11:00		11:00-12:00	
		7:30-8:30		8:30-9:30		9:30-10:30		10:30-11:30	
sál 1									
sál 2									
sál 3									
FIT ARENA									
sál GRAVITY									

NEDEĚLE											
dopoledne			17:00-18:00		18:00-19:00		19:00-20:00		20:00-21:00		21:00-
			17:30-18:30		18:30-19:30		19:30-20:30		20:30 - 21:30		
sál 1					18:00 - 19:00 ALPINNING Tereza		19:00 - 20:00 ALPINNING Ivet				
sál 2			17:00 - 18:00 FULL BODY Iveta		18:00 - 19:00 BODYFORM Jana S.		19:00 - 20:00 POWER YOGA Jana S.				
sál 3							19:00 - 20:00 SPINNING Jarda H.				
FIT ARENA			17:00 - 18:00 FITBOX Ruda		18:00 - 19:00 TRX Ivet		19:00 - 20:00 FITBOX Andrea				
sál GRAVITY											

lekce BODY & MIND

FORMOVACÍ lekce

KONDIČNÍ lekce

Cvičení PRO DĚTI