

CHILLI FITNESS

Žižkova 1626,396 01 Humpolec, tel. 731 340 526, www.chillifitness.cz

ROZVRH FITCENTRA

LEDEN OD 16.1.

				17:15-18:15	18:15-19:15	19:30-20:30
pondělí				Kruhový trénink Denisa	B+S Jana	Zumba T Denisa
					18:30-19:30	19:35-20:35
úterý					SP Denisa	Jumping Kristýna
			16:00-16:45	17:00-17:45	18:30-19:30	19:40-20:40
středa			Jóga děti 3-6 let	Jóga děti 7-11 let	B+S Jana	
				17:15-18:00	18:15-19:15	19:30-20:30
čtvrtek				Bosu Denisa	Powerjóga Miša T.	Jumping Markéta
					18:30-19:30	
neděle					B+S Denisa	

Vysvětlivky:

Zumba T® - kombinuje taneční lekci s posilováním pomocí spec.činek

Powerjóga - dynamické cvičení pro dobrou kondici a štíhlou linii

B+S - body Spinning® (1/2hodiny jízda na kole a 1/2 hodiny posilování)

Jumping - aerobní cvičení a posilování na trampolínkách, vedené instruktorem

Kruhový trénink - zpevní celé tělo a zlepší fyzickou kondici

Bosu® - nejmodernější aerobní cvičení, zlepší rovnováhu, posílí svaly celého těla

SP - Spinning® (hod. jízdy na kole doprovázená hudbou pod vedením instruktora)

Po 8:00-11:00 14:00-21:00

Út 14:00-21:00

St 8:00-11:00 14:00-21:00

Čt 14:00-21:00

Pá 8:00-11:00 14:00-20:00

So ZAVŘENO

Ne 17:00-20:00

Do všech prostor **CHILLI FITNESS** vstupujte prosím pouze v čisté sportovní obuvi a přineste si svůj ručník

Do posilovny je **ZÁKAZ VSTUPU** osobám mladším 15 let (pouze v doprovodu dosp. osoby).

Pro skupiny od 7 lidí organizujeme hodiny dle přání. Na hodiny vedené instruktorem je nutné se objednat.

Nabízíme také sestavování jídelníčků a trénink. plánů. Přijímáme poukázky Accor Services CZ + Sodexo Pass.

Turbo SOLÁRIUM á 10,-Kč+solární kosmetika.(Zvýhodněné permanentky.)

CENÍK

POSILOVNA

dospělí	vstup	60 Kč
	10 vstupů	500 Kč
studenti	vstup	50 Kč
	10 vstupů	450 Kč
dospělí	měsíční	650 Kč
studenti	měsíční	600 Kč
hodina s trenérem		250 Kč

JUMPING

dospělí + studenti	90,-Kč
--------------------	--------

SLENDER STYLE

1 vstup	110,-Kč
---------	---------

SPINNING® + BODY SPINNING®

dospělí	90 Kč
10vstupů	800 Kč
studenti	80 Kč
10vstupů	750 Kč

POWERJÓGA+BOSU+ZUMBA

dospělí/10vstupů	80 Kč/700 Kč
studenti/10vstupů	70 Kč/600 Kč

Kruhový trénink+Body Styling

dospělí/10vstupů	80 Kč/700 Kč
studenti/10vstupů	70 Kč/600 Kč

Platnost permanentek 3 měsíce.

ik.