

PONDĚLÍ  
MONDAY

**CORE AND BREATH  
RITUAL**

60 minut  
60 minutes

**8:00**

**PILATES**

60 minut  
60 minutes

**17:00**

ÚTERÝ  
TUESDAY

**FUNCTIONAL  
MOBILITY CLASS**

60 minut  
60 minutes

**8:00**

**POSTURE AND SHAPE**

60 minut  
60 minutes

**17:00**

STŘEDA  
WEDNESDAY

**ASHTANGA YOGA**

60 minut  
60 minutes

**8:00**

**JOGGING**

60 minut  
60 minutes

**17:00**

ČTVRTEK  
THURSDAY

**FLOW YOGA**

60 minut  
60 minutes

**8:00**

**MINDFUL MOVEMENT  
FOR RECOVERY**

60 minut  
60 minutes

**17:00**

PÁTEK  
FRIDAY

**HEALTHY BACK**

60 minut  
60 minutes

**8:00**

**AQUA GYM**

60 minut  
60 minutes

**14:00**

Abychom zajistili dostupnost, žádáme vás, abyste si skupinové lekce rezervovali minimálně 12 hodin předem. V případě dotazů na poslední chvíli kontaktujte tým spa recepce.

To ensure availability, we kindly ask that group classes be reserved a minimum of 12 hours in advance. For last-minute inquiries, please contact the spa reception team.

Pro více informací kontaktujte tým spa recepce.  
For more information, please contact the spa reception team.