



VŠK Ekonóm



Program športových aktivít ZS 2020

Program platí od 05. 10. 2020

Kondičná kulturistika

FIT Štýl – Šustekova 9 – vchod z terasy

Pondelok až piatok: 7.15 - 21.30
Sobota: 8.00 - 20.00
Nedeľa: 9.00 - 13.00 15.00 - 20.00

Posilňovňa - Školička – areál EU

Pondelok až štvrtok: 12.00 – 13.30
18.30 – 21.00

Posilňovňa - telocvičňa Horský Park

Pondelok: 9.30 - 12.30
Utorok: 9.30 - 14.00
Streda: 9.30 - 11.00
Štvrtok: 9.30 - 14.00
Piatok: 9.30 - 11.00

Bedminton

Slávia Agrofert – Májová 21, BA

Pondelok a streda: 16.00-17.00 & 17.00-18.00
- priniest si vlastné košíky, nefarbiacu obuv;
rakety sú k dispozícii

Regenerácia

Petržalská plaváreň - Tupolevova 3957/7b

Pondelok - Piatok: 13.00 - 22.00
- sauna, vírivka, bazén, tobogán - 120 minút

Plávanie

Plaváreň pasienky – Junácka 4

Štvrtok: 20.30 - 21.30

Splavy domácich a zahraničných riek

máj až september podľa programu CTVŠ

Aerobik

Squash centrum – Pionierska ul. 12

Pondelok: 19.00 **Power Fyzió**
Utorok: 17.00 **Fat Burner** 18.00 **TABATA**
19.00 **Zdravý chrbát**
Streda: 7:00 **GFM** 19.00 **SIX PACK**
Štvrtok: 17.00 **BodyForming** 18.00 **TABATA**
19.00 **Zdravý Chrbát**
Piatok: 07.00 **GFM** 18:00 **Kruh. tréning**
Sobota: 09.00 **Body Step**
Nedeľa: 09.00 **BodyForming** 18.00 **HIIT**
19:00 **Yoga Outdoor**

FIT Štýl – Šustekova 9 – vchod z terasy

- treba sa zahlasovať vopred **0905 890 225**

Pondelok: 08.30 **Pilates** 16.30 **Zumba Gold**
18.50 **Body Form** 20.00 **Pilates**
Utorok: 07.15 **Pilates** 08.30 **Body Form**
17.40 **Pilates** 18.50 **Body Form**
Streda: 08.30 **Pilates** 09.40 **Zumba Gold**
18.50 **Body Form**
Štvrtok: 07.15 **Pilates** 16.30 **Pilates**
17.40 **Body Form** 19:00 **Power Yoga**
Piatok: 08.30 **Zumba Gold**
Sobota: 08.30 **Body Form**
Nedeľa: 09.30 **Body Form** 18.00 **Body Form**

ZÁPIS

- zápis možný od **28.09.2020**
- EU Dolnozemska 1 (Nová budova), CTVŠ, 4. posch. dvere **D4.18**
- **zápisné:** 25€ študenti, 35€ absolventi

KONTAKT

- **kontakt vstupenky a zápis: 0919 346 791**
- **mobil: 0903 449 895 / 0905 726 865**
- **e-mail: vskekonom@gmail.com**
- **Facebook: VŠK Ekonóm**

VSTUPENKY na nasledujúci týždeň
na **bedminton a regeneráciu** rozdáваме
každú **STREDU** na CTVŠ, **D4.18** (nová
budova) v čase
12.30 – 13.30.