

TATAMI

PONDELOK	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY 7:00 - 21:00	KICKBOX DETI 17:00 - 18:15	QUEENS MUAY THAI 17:30-18:30	KING'S MUAY THAI 18:30 - 19:30	BJJ GI 19:00 - 20:30	MMA 19:00 - 20:00	POOPERAČNÉ REHABILITÁCIE 19:30 - 21:00
UTOROK	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY 7:00 - 21:00	MT DETI 17:00 - 18:00	BODY SHAPING 17:00 - 18:15	KICKBOX ŽENY 18:15 - 19:30	CLINCH FIGHTING 18:30 - 19:30	BJJ NOGI 18:30 - 20:00	FUNKČNÝ TRÉNING 19:30 - 21:00
STREDA	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY 7:00 - 21:00	QUEENS MUAY THAI 17:30-18:30		KING'S MUAY THAI 18:30 - 20:00	STREČING 18:30 - 20:00	BJJ GI 19:00 - 20:30	MMA 19:00 - 20:30
ŠTVRTOK	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY 7:00 - 21:00	MUAY THAI DETI 17:00 - 18:00		KICKBOX ŽENY 18:15 - 19:30	KING'S MUAY THAI 18:30 - 20:00	MMA 19:00 - 20:00	
PIATOK	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY 7:00 - 21:00	QUEENS MUAY THAI 17:30-18:30		SPARING 18:30 - 20:00		BJJ NO-GI 19:00 - 20:30	
SOBOTA	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY OD 9:00	BJJ OPEN MAT SPARING 10:00 - 11:30	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY DO 15:00				
NEDELA	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY OD 9:00	MUAY THAI DETI 11:00 - 12:00	OPEN GYM SÚKROMÉ TRÉNINGY DO 15:00				

CROSSFIT ZÓNA

PONDELOK	OPEN GYM 7:00 - 21:00	HIIT 7:00 - 8:00	CORE 17:00 - 18:00	BRUCHO STEHNÁ ZADOK 18:00 - 19:00
UTOROK	OPEN GYM 7:00 - 21:00	WORKOUT 7:00 - 8:00	TABATA 17:00 - 18:00	HIIT 18:00 - 19:00
STREDA	OPEN GYM 7:00 - 21:00	HIIT 7:00 - 8:00	BRUCHO STEHNÁ ZADOK 17:00 - 18:00	CORE 18:00 - 19:00
ŠTVRTOK	OPEN GYM 7:00 - 21:00	WORKOUT 7:00 - 8:00	TABATA 17:00 - 18:00	HIIT 18:00 - 19:00
PIATOK	OPEN GYM 7:00 - 21:00	HIIT 7:00 - 8:00	CORE 17:00 - 18:00	MUSCLE 18:00 - 19:00
SOBOTA / NEDEĽA	OPEN GYM 9:00 - 15:00			

Všetky tréningy sú OPEN CLASS - otvorené pre všetkých

King's Gym | Pekná cesta 2/A, Rača, 83154 Bratislava | Tel.: +421 910 420 310 +421 948 929 931 | Email : info@kingsgym.sk