

Záložka "Skupinové lekce" ASC UP

www.SPORTUJ.UPOL.cz

UPOL Studenti, zaměstnanci 70 Kč/lekce; VEŘEJNOST 100 Kč/lekce - "AKADEMIK - základní kredit"

Rozvrh ASC UP platný od 21.9. - 18.12. 2026 ZIMNÍ SEMESTR

Koleje B. Václavka										
	8.00 - 9.00	9.00 - 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	
Pondělí	8.00 - 9.00 Ranní jóga Metelková		10.30 - 12.00 12.15 - 13.45 U3V (obsazeno)	14.00 - 15.30 U3V (obsazeno)		16.00 - 17.00 Kruhový trénink Grácová	17.00 - 18.00 Body Form Grácová	18.00 - 19.00 Contemporary Dynžíková	19.00 - 20.00 Pilates Filipenko	20.00 - 21.00 Aerobik Petrůšková
Úterý	8.00 - 9.00 Ranní jóga Mikulec				15.00. - 16.00 Jóga Sedlářová	16.00 - 17.00 Tabata Grácová	17.00 - 18.00 Step aerobik Grácová	18.00 - 19.00 Zumba Iurtseva	19.00 - 20.00 Párová akrobacie Válková	20.00 - 21.00 Wheel Yoga Válková
Středa	8.00 - 9.00 Ranní jóga Sedlářová		10.00 - 11.00 U3V (obsazeno)			16.00 - 17.00 Zdravá záda Pánková	17.00. - 18.00 Power jóga Filipenko	18.00. - 19.00 Jóga Petrovská od 7.10.	19.00 - 20.00 Hatha jóga Kriegová	
Čtvrtek	8.00 - 9.00 Ranní jóga Petrovská od 8.10.	9.00 - 10.30 Karate (obsazeno)				16.00. - 17.00 Jóga Filipenko		18.00 - 19.00 Karate Wado Maveekumbura		20.00 - 21.00 Současný tanec Skalíková
Pátek				14.30 - 16.00 U3V Tai-chi (obsazeno)		16.00 - 17.00 Pickleball hra (bez lektora)	17.00 - 18.00 Fit Orient Filipi		19.00. - 20.00 Jóga Mikulec	

Hodina končí vždy 10 minut před celou. Změna programu vyhrazena.

Aktualizováno: 1.9.2026

Rezervace jednotlivých lekcí: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://sportuj.upol.cz) po přihlášení s nabitým kreditem (AKADEMIK - základní kredit)

<https://ascup.upol.cz/>

Rozvrh ASC UP platný od 21.9. - 18.12. 2026 ZIMNÍ SEMESTR

Koleje 17. listopadu										
	8.00 - 9.00		10.00 - 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
Pondělí		8.15 - 9.15 Indoorcycling Knapčoková (od. 5.10.2026)					17.00 - 18.00 Indoorcycling Knapčoková (od. 5.10.2026)	18.00 - 19.00 Indoorcycling Knapčoková		
Úterý							17.00 - 18.00 Indoorcycling Knapčoková (od. 6.10.2026)	18.00 - 19.00 Indoorcycling Knapčoková		
Středa		8.15 - 9.15 Indoorcycling Knapčoková (od. 7.10.2026)					17.00 - 18.00 Indoorcycling Fasner	18.00 - 19.00 Indoorcycling Fasner		
Čtvrtek		8.15 - 9.15 Indoorcycling Knapčoková (od. 1.10.2026)					17.00 - 18.00 Flamenco (obsazeno)	18.00 - 19.00 Flamenco (obsazeno)		

Hodina končí vždy 10 minut před celou. Změna programu vyhrazena.

Aktualizováno: 15.9.2026

Rezervace jednotlivých lekcí: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://sportuj.upol.cz) po přihlášení s nabitým kreditem (AKADEMIK - základní kredit)

<https://ascup.upol.cz/>

Záložka "Tancelář"

UPOL Studenti, zaměstnanci 250 Kč/lekce; VEŘEJNOST 280 Kč/lekce - "AKADEMIK - základní kredit"

Zamenhofova 36, 779 00 Olomouc 9

	8.00 - 9.00	9.00 - 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
Úterý						18.00 - 19.00 Pole Dance Paťalová		

Rozvrh ASC UP platný od 21.9. - 18.12. 2026 ZIMNÍ SEMESTR. Změna programu vyhrazena.

Aktualizováno: 21.9.2026

Rezervace jednotlivých lekcí: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://sportuj.upol.cz) po přihlášení s nabitým kreditem (AKADEMIK - základní kredit)

<https://ascup.upol.cz/>

Záložka "OMEGA"

UPOL Studenti, zaměstnanci 120 Kč/lekce; VEŘEJNOST 150 Kč/lekce - "AKADEMIK - základní kredit"

Legionářská 1299/19, 779 00 Olomouc 9

	8.00 - 9.00	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
Čtvrtek			14.00 - 15.00 Badminton Rohleder					
Pátek			14.00 - 15.00 Pickleball hra Kruzman					

Rozvrh ASC UP platný od 21.9. - 18.12. 2026 ZIMNÍ SEMESTR. Změna programu vyhrazena.

Aktualizováno: 1.9.2026

Rezervace jednotlivých lekcí: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://sportuj.upol.cz) po přihlášení s nabitým kreditem (AKADEMIK - základní kredit)

<https://ascup.upol.cz/>