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 Petroušková**
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 Wheel Yoga Válková**	**20.00 - 21.00 Párová akrobacie 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 joga Filipenko**	**18.00. - 19.00 Tae - bo Petrovská od 7.10.**	**19.00 - 20.00 Hatha jóga Kriegová**	
Čtvrtek	**8.00 - 9.00 Kundalini jóga Petrovská od 8.10.**	*9.00 - 10.30 Karate (obsazeno)*		**16.00. - 17.00 Jóga Filipenko**	**17.00 - 18.00 Pickleball hra (bez lektora)**	**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: 15.10.2026**

Rezervace jednotlivých lekcí: 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 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				**16.00 - 17.00 Pole Dance Paťalová**		**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 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 po přihlášení s nabitým kreditem (AKADEMIK - základní kredit) https://ascup.upol.cz/