



VŠK Ekonóm



Program športových aktivít LS 2026

Program platný od 09. 02. 2026

Fitness

FIT Štýl – Šustekova 9 – vchod z terasy

Pondelok - Piatok:	06.30 - 21.30
Sobota:	08.00 - 20.00
Nedeľa:	09.00 - 20.00

Telocvičňa Horský Park – HOPA internát

Pondelok:	09.30 – 20.00
Utorok:	11.00 – 20.00
Streda:	11.00 – 20.00
Štvrtok:	09.30 – 20.00

Bedminton

Slávia Agrofert – Májová 21, BA

Utorok a streda:	15.00 - 16.00
-	priniest si vlastné košíky, nefarbiacu obuv
-	rakety sú k dispozícii

Regenerácia

Petržalská plaváreň

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

Aerobik a skupinové cvičenia

Telocvičňa Horský Park – HOPA internát

Pondelok:	11.00 Ping pong	12.30 Futbal
	14.00 Florbal	15.30 Aerobik
	17.00 Aerobik	
Utorok:	12.30 Futbal	14.00 Florbal
	15.30 Volejbal	17.00 Aerobik
	18.30 Slow toning	
Streda:	09.30 Ping pong	11.00 Volejbal
	12.30 Futbal	14.00 Florbal
	15.30 Florbal	
Štvrtok:	09.30 Joga	11.00 Ping pong
	12.30 Florbal	14.00 Futbal

Športová hala EUBA

Pondelok:	12.30 Stretching	14.00 TABATA
	14.00 Volejbal	
Utorok:	09.30 Joga	11.00 Joga
	13.00 Interval	13.00 Volejbal
	14.30 Volejbal	14.30 Basketball
Streda:	12.30 Stretching	12.30 Joga
	14.00 Stretching	14.00 Joga
Štvrtok:	08.00 TABATA	

Squash centrum – Pionierska ul. 12

-	www.squashcentrum.sk	
Pondelok:	09.30	BodyWork 17.05 Jumping
	18.10	BodyWork 19.15 Stretching
Utorok:	17.05	BodyForming 18.10 TABATA
Streda:	07.00	Pilates 18.10 Jumping
	19.15	Pilates
Štvrtok:	17.05	BodyForming 18.10 TABATA
	19.15	Stretching 20.15 Zumba
Piatok:	17.00	Pilates 18.10 Sebaobrana
	19.15	Jumping
Sobota:	08.30	HIIT 09.35 Joga
Nedeľa:	08.00	Full Body 09.00 TABATA
	19.00	Pilates

FIT Štýl – Šustekova 9

-	treba sa zahlasovať vopred 0905 890 225 , vchod z terasy			
-	www.fitstyl.sk			
Pondelok:	07.15	Body Form 1	08.30	Pilates
	09.45	ZumbaGold	17.20	Pilates
	18.30	BodyForm	19.35	Funkčný t.
Utorok:	08.30	BodyForm	17.30	Interval T.
	18.30	BodyForm	19.40	Senior Form
Streda:	07.15	Pilates	08.30	Zumba Form
	17.20	Pilates	18.30	Body Form
Štvrtok:	08.30	Pilates	17.20	Pilates
	18.30	Body Form	19.40	Senior Form
Piatok:	08.30	ZumbaGold	09.45	Pilates
Sobota:	08.30	Body Form	17.00	Tchai-Ti
Nedeľa:	09.30	Body Form	18.30	Joga

KONTAKT

- mobil: 0903 449 895 / 0905 726 865
- e-mail: vskekonom@gmail.com
- Facebook: VŠK Ekonóm

Zápis možný od 09.02.2026

- EUBA – nová budova, 4. posch. dvere D4.18
- Zápisné: 30€ študenti, 40€ absolventi

KEDY NÁS ZASTIHNETE

Pondelok:	12:30 – 13:30
Utorok:	12:30 – 13:30
Streda:	12:30 – 13:30