

## ROZVRH HODIN - podzimní kurz 4. 9. - 20. 12. 2018

		dopolední program				odpolední program					
den	čas	9:15-10:00	10:10-10:55	11:00-11:55			15:30-16:15	16:15-17:00	17:00-17:45	18:00-18:55	19:00-20:00
PO	kurz (měs/rok nar. dítěte)	Čas být spolu (07-12/16)	Čas být spolu (02 - 07/16)	Fit senior zdrav. cvičení			Fit program děti 3 - 4 let	Fit aerobic 4 - 5 let	Fit aerobic 8 - 12 let	Fit senior zdrav. cvičení	Pilates dospělí
	lektorka	Stáňa	Stáňa	Stáňa			Lucka G.	Lucka G.		Stáňa	Lucka G.
ÚT	čas	9:15-10:00	10:00-11:00	11.00-11.45			15:00-16:00	16:00-16:45	17:00-17:45	18:00-18:45	
	kurz (měs/rok nar. dítěte)	Čas být spolu (05 - 09/17)	Balantes dospělí	Čas být spolu (07 - 12/16)			Tanec na míčích pro těhotné	Taneční studio 3-4 let	Taneční studio od 4 - 5 let	Zdravotní cvičení na míčích dospělí	
	lektorka	Lucka G.	Lucka G.	Lucka G.			Kateřina	Martina	Martina	Eva	
ST	čas	9:15-10:00	10:10-10:55	11:00-12:00			15:30-16:15	16:15-17:00	17:00 - 17:45	18:00-18:45	19:00-20:00
	kurz (měs/rok nar. dítěte)	Čas být spolu (03-08/17)	Rodiče a děti (05 - 12/15)	Pilates dospělí			Fit program děti 3,5 - 4,5 roky	Fit program děti 4 - 5 let	Fit aerobic 8 - 9 let	HIP-HOP 10 - 16 let	Balantes dospělí
	lektorka	Jana K.	Jana K.	Jana K.			Lucka G.	Lucka G.	Lucka G.		Lucka G.
								16:00 - 16:55	17:00 - 17:55		
							Cvičení ve velké tělocvičně od 4 let	Cvičení ve velké tělocvičně od 4 let			
							Jana	Jana			
ČT	čas	9:15-10:00	10:00-10:45	11:00-12:00						18:00-18:45	19:00-20:00
	kurz (měs/rok nar. dítěte)	Čas být spolu (10/16 - 02/17)	Čas být spolu (10/17 - 01/18)	Balantes dospělí						Zdravotní cvičení na míčích dospělí	FIT kondička cvičení dospělí
	lektorka	Lucka G.	Lucka G.	Lucka G.						Eva	Romana
PÁ	čas	9:15-10:00	10:10-10:55	11:00-12:00			Semináře pro rodiče				
	kurz (měs/rok nar. dítěte)	Rodiče a děti (12/15 - 06/16)	Čas být spolu (01 - 05/17)	FIT ZÁDA dospělí							
	lektorka	Jana K.	Jana K.	Jana K.							





