



## KULTURNĚ KOMUNITNÍ CENTRUM SENIOR FITNES

Provoz recepce PO-ČT 10:00 - 15:00 hodin  
(kromě letních a vánočních prázdnin)

Rozvrh platný od 16. prosince 2024

ČAS:	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK
08:00 - 08:30					
08:30 - 09:00		Francouzština			
09:00 - 09:30		8:20 - 9:50		AJ - mírně pokročilí	
09:30 - 10:00		(Krejcarová)		9:00 - 10:30	
10:00 - 10:30			Tai - chi (Zoubková)	(Hlaváčková)	Sebeobrana
10:30 - 11:00		Bridž pro pokročilé	10:00 - 11:00	Relaxační joga	10:00 - 11:00 (Mornštejn)
11:00 - 11:30		10:00 - 12:00		10:45 - 11:45	
11:30 - 12:00		(Lančová)	cvičení FELDENKRAIS	(Monika Gemmell)	
12:00 - 12:30			11:15 - 12:15 (Klus)		
12:30 - 13:00					
13:00 - 13:30	Angličtina -		CVIČ.s diabetem, vitalita	Autohypnoza	
13:30 - 14:00	začátečníci (Baziv)		(Stellnerová)	(Marcela Maftoul)	
14:00 - 14:30	13:00 - 14:15		13:00 - 15:00	13:00 - 15:00	
14:30 - 15:00	Angličtina -	Italština pro pokročilé	(8/1)	(13/2,27/2,13/3,27/3...)	
15:00 - 15:30	středně pokročilí (Baziv)	14:30 - 16:00			
15:30 - 16:00	14:30 - 15:45	(Čechová)			
16:00 - 16:30	Angličtina -		cvičení FELDENKRAIS		Cvičení na židlích
16:30 - 17:00	mírně pokročilí (Baziv)		16:00 - 17:00 (Klus)		16:00 - 17:00 (Weidenfeld)
17:00 - 17:30	16:00 - 17:15				
17:30 - 18:00					
18:00 - 18:30					
18:30 - 19:00					
19:00 - 19:30			obsazená učebna (Slavatová)		
19:30 - 20:00			19:00-20:00		
			KURZ CHYTRÝ TELEFON		
			18:00 - 19:30		
			(malá učebna 18/12)		
			Kybernet.útoky - předn.		
			13:00 - 14:00 (22/1)		