



KULTURNĚ KOMUNITNÍ CENTRUM SENIOR FITNES

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

Rozvrh platný od 20. ledna 2025

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	Joga - pánevní dno	Bridž pro pokročilé	10:00 - 11:00	Relaxační joga	10:00 - 11:00 (Mornštejn)
11:00 - 11:30	(Stellnerová)	10:00 - 12:00		10:45 - 11:45	
11:30 - 12:00	10:30 - 12:30	(Lančová)	cvičení FELDENKRAIS	(Monika Gemmell)	
12:00 - 12:30	(27/1+3/2)		11:15 - 12:15 (Klus)		
12:30 - 13:00		Joga na zlepšení paměti			
13:00 - 13:30	Angličtina -	a koncentraci (Stellnerová)	Kybernet.útoky - předn.	Reflexní terapie	
13:30 - 14:00	začátečníci (Baziv)	12:15 - 14:15	13:00 - 14:00 (22/1)	13:30 - 15:00	
14:00 - 14:30	13:00 - 14:15	(21/1 + 4/2)		(6/3 + 20/3, Smejtková)	
14:30 - 15:00	Angličtina -	Italština pro pokročilé	Cvičení na židlích		
15:00 - 15:30	středně pokročilí (Baziv)	14:30 - 16:00	15:00 - 16:00 (Weidenfeld)		
15:30 - 16:00	14:30 - 15:45	(Čechová)	cvičení FELDENKRAIS		
16:00 - 16:30	Angličtina -		16:00 - 17:00 (Klus, do 31/1)		
16:30 - 17:00	mírně pokročilí (Baziv)				
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		
			Joga - pánevní dno	Autohypnoza	
			(Stellnerová)	(Marcela Maftoul)	
			12:30 - 14:30	13:00 - 15:00	
			(5/2)	(13/2,27/2,13/3,27/3,10/4,	
				24/4,15/5,29/5,12/6)	

Chytrý tel.E-SHOP+PLATBY
12:00 - 13:30 (malá učebna)
(ČT 6/2)

Chytrý tel.E-SHOP+PLATBY
14:00 - 15:30 (malá učebna)
PÁ 7/2)