



KULTURNĚ KOMUNITNÍ CENTRUM SENIOR FITNES

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

Rozvrh platný od 14. října 2024

ČAS:	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	
08:00 - 08:30		Francouzština 8:20 - 9:50		AJ - mírně pokročilí 9:00 - 10:30		
08:30 - 09:00						
09:00 - 09:30						
09:30 - 10:00		Bridž pro pokročilé 10:00 - 12:00	Tai - chi 10:00 - 11:00	J. Hlaváčková Relaxační joga 10:45 - 11:45		Sebeobrana 10:00 - 11:00
10:00 - 10:30						
10:30 - 11:00						
11:00 - 11:30						
11:30 - 12:00						
12:00 - 12:30						
12:30 - 13:00		Angličtina - začátečníci (Baziv) 13:00 - 14:15	cvičení FELDENKRAIS 11:15 - 12:15	Autohypnoza (Maftoul) 13:00 - 15:00 (17/10, 31/10, 14/11, 28/11, 12/12)		
13:00 - 13:30						
13:30 - 14:00						
14:00 - 14:30		Italština pro pokročilé 14:30 - 16:00	cvičení FELDENKRAIS 12:20 - 13:20	Cvičení na židlích 16:00 - 17:00		
14:30 - 15:00						
15:00 - 15:30						
15:30 - 16:00						
16:00 - 16:30						
16:30 - 17:00						
17:00 - 17:30	Angličtina - mírně pokročilí (Baziv) 16:00 - 17:15	obsazená učebna (Slavatová) 19:00-20:00	cvičení ZÁDA, PÁNEVNÍ DNO 14:00 - 15:00 (jen 30/10) CHYTRÝ TEL.- WA, SMS 18:00 - 19:30 (jen 23/10-malá učebna)			
17:30 - 18:00						
18:00 - 18:30						
18:30 - 19:00						
19:00 - 19:30						
19:30 - 20:00						