



KULTURNĚ KOMUNITNÍ CENTRUM SENIOR FITNES

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

Rozvrh platný od 11. dubna 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	Čchi-kung (Ptáčková)	Bridž pro pokročilé	10:00 - 11:00	Relaxační joga	10:00 - 11:00 (Mornštejn)
11:00 - 11:30	10:30 - 11:25	10:00 - 12:00	cvičení FELDENKRAIS	10:45 - 11:45	
11:30 - 12:00		(Lančová)	(Klus)	(Monika Gemmell)	
12:00 - 12:30			11:15 - 12:15	BACHOVY KVĚT.ESENCE	
12:30 - 13:00		ABY TĚLO NEBOLELO	KURZ JÓGY pro zdravá záda	12:30 - 14:00	
13:00 - 13:30	Angličtina -	- jak si sám pomoci	12:30 - 14:00	(17/4 předn.Kuběnková)	
13:30 - 14:00	začátečníci (Baziv)	12:30 - 14:30	(do 25/6 Stellnerová)	Autohypnoza (Marc.Maftoul)	
14:00 - 14:30	13:00 - 14:15	(6/5 Smejtková)		13:00 - 15:00	
14:30 - 15:00	Angličtina -	Italština pro pokročilé		(24/4,15/5,29/5,12/6)	
15:00 - 15:30	středně pokročilí (Baziv)	14:30 - 16:00	Cvičení na židlích		
15:30 - 16:00	14:30 - 15:45	(Čechová)	15:00 - 16:00 (Weidenfeld)		
16:00 - 16:30	Angličtina -				
16:30 - 17:00	mírně pokročilí (Baziv)	ÚKLID KKC			
17:00 - 17:30	16:00 - 17:15	16:00 - 19:00			
17:30 - 18:00					
18:00 - 18:30	ORIENTÁLNÍ TANCE				
18:30 - 19:00	od 17:30				
19:00 - 19:30	od 7/4 Koblrová		obsazená učebna (Slavatová)		
19:30 - 20:00			19:00-20:00		
	MALÁ UČEBNA! 9:30 - 11:30 SF BAND OBSAZENÁ UČEBNA PRAVIDELNĚ		MALÁ UČEBNA! TVORBA VITRÁŽÍ 12:15 - 15:45 (23/4 K.Stellner) MALÁ UČEBNA! 16:00 - 17:00 23/4 Fr.Ivan uzavř.skup.	MALÁ UČEBNA! KRESBA A MALBA 15:00 - 17:00 (Eva Disterlo)	MALÁ UČEBNA! 9:30 - 11:30 SF BAND OBSAZENÁ UČEBNA PRAVIDELNĚ