



KULTURNĚ KOMUNITNÍ CENTRUM SENIOR FITNES

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

Rozvrh platný od 25. dubna 2025

ČAS:	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK
08:00 - 08:30		Francouzština 8:20 - 9:50 (Krejcarová)		AJ - mírně pokročilí 9:00 - 10:30 (Hlaváčková)	Sebeobrana 10:00 - 11:00 (Mornštejn)
08:30 - 09:00					
09:00 - 09:30					
09:30 - 10:00					
10:00 - 10:30					
10:30 - 11:00	Čchi-kung (Ptáčková)	Bridž pro pokročilé 10:00 - 12:00 (Lančová)	Tai - chi (Zoubková) 10:00 - 11:00	Relaxační joga 10:45 - 11:45 (Monika Gemmell)	
11:00 - 11:30	10:30 - 11:25		cvičení FELDENKRAIS (Klus)		
11:30 - 12:00	JARNÍ ŽIVOTABUDIČE		11:15 - 12:15		
12:00 - 12:30	11:30 - 12:40				
12:30 - 13:00	28/4 Stellnerová		KURZ JÓGY pro zdravá záda 12:30 - 14:00 (do 25/6 Stellnerová)		
13:00 - 13:30	Angličtina -	ABY TĚLO NEBOLELO - jak si sám pomoci 12:30 - 14:30 (6/5 Smejtková)			
13:30 - 14:00	začátečníci (Baziv)			Autohypnoza (Marc.Maftoul) 13:00 - 15:00 (15/5,29/5,12/6)	
14:00 - 14:30	13:00 - 14:15				
14:30 - 15:00	Angličtina -				
15:00 - 15:30	středně pokročilí (Baziv)		Cvičení na židlích do 4/6 15:00 - 16:00 (Weidenfeld)		
15:30 - 16:00	14:30 - 15:45	ÚKLID KKC 16:00 - 19:00			
16:00 - 16:30	Angličtina -				
16:30 - 17:00	mírně pokročilí (Baziv)				
17:00 - 17:30	16:00 - 17:15				
17:30 - 18:00					
18:00 - 18:30	ORIENTÁLNÍ TANCE				
18:30 - 19:00	17:30 - 19:30				
19:00 - 19:30	(7/4-23/6 Koblrová)		obsazená učebna (Slavatová) 19:00-20:00		
19:30 - 20:00					
	MALÁ UČEBNA! 9:30 - 11:30 SF BAND OBSAZENÁ UČEBNA PRAVIDELNĚ			MALÁ UČEBNA! KRESBA A MALBA 15:00 - 17:00 (Eva Disterlo)	MALÁ UČEBNA! 9:30 - 11:30 SF BAND OBSAZENÁ UČEBNA PRAVIDELNĚ