



KULTURNĚ KOMUNITNÍ CENTRUM SENIOR FITNES

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

VELKÁ UČEBNA

Rozvrh platný od 12. prosince 2025

ČAS:	PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA
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 (G.Zoubková)	(Jitka Hlaváčková)	Sebeobrana (V.Mornštejn)	
10:30 - 11:00	Čchi-kung (Ptáčková)	Bridž pro pokročilé	10:00 - 11:00	Relaxační joga	10:00 - 11:00	
11:00 - 11:30	10:00 - 11:00	10:00 - 12:00	cvičení FELDENKRAIS	10:45 - 11:45		
11:30 - 12:00		(Milena Lančová)	(Ondřej Klus)	(Monika Gemmell)		
12:00 - 12:30			11:15 - 12:15			
12:30 - 13:00						
13:00 - 13:30	Angličtina -		JOGA (Stellner.)13:00 – 14:00	Autohypnoza (Marc.Maftoul)		
13:30 - 14:00	mírně pokročilí (Baziv)		(17.12.2025, 7.1.+ 21.1.2026)	13:00 - 15:00		
14:00 - 14:30	13:00 - 14:15 (od 12/1)	Italština pro pokročilé		(19/2,26/2,12/3,26/3,9/4,23/4,		
14:30 - 15:00	Angličtina -	14:00 - 15:30		14/5,21/5,4/6)		
15:00 - 15:30	středně pokročilí (Baziv)	(T.Čechová)				
15:30 - 16:00	14:30 - 15:45 (od 12/1)					
16:00 - 16:30	Angličtina -		Zdravotní cvičení			
16:30 - 17:00	mírně pokročilí (Baziv)	ÚKLID KKC	16:00 - 17:00 (P.Pátková)			
17:00 - 17:30	16:00 - 17:15 (od 12/1)	16:00 - 19:00		Cvičení na židlích		
17:30 - 18:00				17:15 - 18:15 (J.Kašová)		
18:00 - 18:30						
18:30 - 19:00						obsazená učebna
19:00 - 19:30			obsazená učebna (Slavatová)			(NERUŠIT, natáčení)
19:30 - 20:00			19:00-20:00			20.12. Borgesová, 9:00 - 13:00
	MALÁ UČEBNA! 9:30 - 11:30 SF BAND (Zd.Srba)		MALÁ UČEBNA! ABY TĚLO NEBOLELO (7.1.2026) 13:00 - 15:00 (Smejtková)	MALÁ UČEBNA! OBSAZENA 15/1 10:00 – 14:00		