

**ROZVRH CVIČEBNÍCH HODIN OD 1. 9. 2023 DO 30. 6. 2024**

Den	Začátek	Konec	Kdo	Tělocvična 1	Tělocvična 2	Tělocvična 3	Poznámka
				velký sál	přísálí	podkroví	
<b>Pondělí</b>	10:00	11:00	Cvičení pro maminky s dětmi			X	ses. Číla
	15:00	16:30	Všestrannost	X	X	X	ses. Cyrany
	16:00	18:00	Gymnastika	X	X	X	ses. Heřmanová
	16:30	18:00	Rodiče a děti	X			ses. Borecká, Vernerová
	18:00	19:00	Zdravotní a kondiční ženy a muži	X			br. Lhořan st., ses. Vraná
	19:15	20:15	Pilates	X			ses. Hasoňová
<b>Úterý</b>	15:00	16:30	Všestrannost	X	X	X	ses. Cyrany, Jermářová
	17:30	19:30	Taekwon-do	X			br. Holan, Růžička Ondřej a Jan
	19:30	20:30	Intervalový trénik			X	ses. Vaňková
<b>Středa</b>	15:00	16:30	Všestrannost-gymnastika žáci	X	X	X	br. Cekota, Chvalkovský
	15:30	19:00	Gymnastika	X	X	X	ses. Heřmanová
	19:00	20:00	Zdravotní cvičení ženy	X		X	ses. Rysková
	20:00	21:00	fotbal	X			br. Martin Hanzl
<b>Čtvrtek</b>	15:00	16:00	Všestrannost, gymnastika	X	X	X	ses. Cyrany, Lukešová
	16:00	17:00	Všestrannost, nejmladší žactvo	X	X		ses. Lukešová
	17:00	19:00	Taekwon-do	X			br. Růžička O. a J.
	17:45	18:45	Intervalový trénik			X	ses. Vaňková
	19:00	20:00	Fit Dance	X			ses. Mikulášová
	20:00	21:00	Zdravotní cvičení muži	X			br. Veselý
<b>Pátek</b>	10:00	11:00	Senioři 68+			X	br. Lhořan st.
	15:00	17:30	Gymnastika a TeamGym	X	X	X	ses. Cyrany, Jermářová
	16:30	17:30	Florbal přípravka	X			br. Lorenc, Cibulka
	17:30	18:30	Florbal mladší žactvo	X			br. Beneš
	18:30	19:30	Florbal žáci, dorost	X			br. Beneš
	19:30	20:30	Stolní tenis	X			br. R.Krabs
<b>Sobota</b>	18:00	21:00	Stolní tenis	X			br. R.Krabs
<b>Neděle</b>	16:00	21:00	Lukostřelba	X			br. Krabs, Ullman