

TJ Sokol Horní Ředice

Rozvrh cvičebních hodin pro rok 2018-2019

		16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00	POSILOVNA
Pondělí	Cvičení rodiče s dětmi 9:30 – 10:30 Jana Moravcová		Cvičení dětí -mladší David Kunát Aleš Hlávka	Cvičení dětí - starší David Kunát Aleš Hlávka	Cvičení muži Josef Hrdý	KKC – kondičně-kompenzační cvičení Jana Moravcová	19:00 - 20:00 smíšená, muži
Úterý		Přípravka Hasiči Martina Brandýská	Přípravka Hasiči Martina Brandýská	Zdravé cvičení pro ženy Eva Kotfaldová 18:00 - 19:30			
Středa			Karate Miloš Bidlo	Cvičení podle Lary Croft Martina Blažková	Rockyho tělocvična Pavel Sláma		18:00 – 19:00 ženy
Čtvrtek	15:30 - 16:15 Břišní tance - mladší Zuzana Bolehovská	16:15 - 17:15 Břišní tance - starší Zuzana Bolehovská		KKC – kondičně-kompenzační cvičení Jana Moravcová	Cvičení muži Josef Hrdý		19:00 - 20:00 smíšená, muži
Pátek			Rockyho tělocvična Pavel Sláma	Cvičení podle Lary Croft Martina Blažková			
Sobota							
Neděle		Rockyho tělocvična Pavel Sláma	Rockyho tělocvična Pavel Sláma	Cvičení podle Lary Croft Martina Blažková	Fotbálek		19:00 - 20:00 smíšená, muži

POSILOVNA - FUNGUJE CELÝ ROK VE DNECH PONDĚLÍ, ČTVRTEK, NEDĚLE (smíšená) OD 19:00 DO 20:00 HODIN - ODPOVĚDNÉ OSOBY: Martin Hrdý, Zdeněk Rydlo

STŘEDA (ženy) OD 18:00 DO 19:00 – ODPOVĚDNÁ OSOBA: Lenka Kotfaldová

ZMĚNA ROZVRHU VYHRAZENA !!!