

Rozyvrh cvičení oddílů na II.pololetí 2023

září 2023 - leden 2024

oddíl	den	od - do	věk
RODIČE A DĚTI - I. oddíl	úterý	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	2 - 4 let
RODIČE A DĚTI - II. oddíl	čtvrtek	10 ⁰⁰ - 11 ³⁰	
RODIČE A DĚTI - III. oddíl	úterý	10 ⁰⁰ - 11 ³⁰	
PŘEDŠKOLNÍ DĚTI	pondělí a čtvrtek	16 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	4 - 6 let
TANEČNÍ ODDÍL ŽACTVA Motýlci	čtvrtek	17 ⁰⁰ - 17 ⁴⁵	4 - 6 let
Taneční a pohybové základy - mladší	úterý a čtvrtek	14 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰	6 - 8 let
Taneční a pohybové základy - starší	úterý a čtvrtek	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰	9 - 12 let
Pohybová příprava - junioři, nácvik sletové skladby ZŠ Hanspaulka	úterý	17 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	13 - 15 let
Pohybová příprava - nácvik sletové skladby	čtvrtek	17 ⁴⁵ - 19 ⁰⁰	od 15 let
SPORTOVNÍ GYMNASTIKA mladší žákyně	úterý	17 ³⁰ - 18 ³⁰	nar. 2015 a mladší
mladší žákyně	pátek	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	
starší žákyně	úterý	18 ³⁰ - 19 ⁴⁵	nar. 2014 a starší
starší žákyně	pátek	17 ³⁰ - 19 ¹⁵	
ŽACTVO všestrannost	pondělí středa	17 ⁰⁰ - 18 ³⁰ 16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	1. - 9. třída
Sportovní hry	středa	17 ³⁰ - 19 ⁰⁰	8 - 12 let
AEROBIK ženy a dorostenky	pondělí středa	20 ⁰⁰ - 21 ¹⁵ 20 ⁰⁰ - 21 ¹⁵	od 15 let
CVIČENÍ PRO ZDRAVÍ ženy	pondělí	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰	od 19 let
zdravotní cvičení ženy i muži	středa	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰	od 50 let
	středa	10 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰	
JÓGA	čtvrtek	9 ⁰⁰ - 10 ⁰⁰	od 19 let
KULTURISTIKA muži - po dohodě v kanceláři	po, st čt, pá	16 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰	od 19 let
ženy	úterý	19 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰	
NOHEJBAL muži	sobota neděle	10 ³⁰ - 12 ⁰⁰ 14 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	od 50 let od 19 let
VOLEJBAL	středa čtvrtek	21 ¹⁵ - 22 ³⁰ 20 ⁰⁰ - 22 ⁰⁰	od 19 let
MUŽI + dorostenci	úterý	19 ³⁰ - 21 ⁰⁰	od 15 let
VĚRNÁ GARDA muži i ženy	čtvrtek	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰	od 55 let
AEROBIK PRO VEŘEJNOST	pátek	19 ¹⁵ - 20 ³⁰	od 15 let