



SPORTOVNĚ KULTURNÍ CENTRUM V ONDŘEJOVĚ

Rozvrh kurzů (leden, únor - červen 2019) www.skcvondrejove.cz

PONĚLÍ Tělocvična	Platby do SKC jsou označené fialově. Černě vyznačené se platí lektorům. Změna vyhrazena.	15,00 Muzikál Muzikálové studio Múzi - tanec DĚTI ZŠ	– 17,00 Muzikál Muzikálové studio Múzi - tanec DĚTI ZŠ	17,00 – 18,00 Basket - TYGRČICI T. Kölbllová, J. Keclíková DĚTI 6 - 9 LET	18,00 – 19,00 Karate K. Bosáková 6 – 12 LET	19,00 – 20,00 Sebeobrana K. Bosáková OD 12 LET	20,05 – 22,00 Badminton Bez trenéra DOSPĚLÍ
Malý sál		14,00 – 16,30 Muzikál zpěv, herectví DĚTI ZŠ	16,30 – 17,15 Balet H. Zadáková DĚTI 3 – 4 ROKY	17,15 – 18,00 Balet H. Zadáková DĚTI 5 – 6 LET	18,00 – 19,00 Balet H. Zadáková DĚTI 1. ST. ZŠ	19,00 – 20,00 Pilates B. Valuchová DOSPĚLÍ	20,00 – 21,15 Power jóga D. Fuchsová DOSPĚLÍ
Učebna			16,00 – 17,00 Keramika I. Pudíková DĚTI OD 5ti LET				
ÚTERÝ Tělocvična		15,00 – 16,00 Parkour&Freerun začátečníci I. Mračková, APDT DĚTI OD 6 LET	16,00 – 17,00 Parkour&Freerun pokročilí I. Mračková, APDT DĚTI OD 9 LET	17,00 – 18,00 Rope Skipping L. Staňková DĚTI POKROČILÍ	18,00 – 19,30 Aerobic a Body Form O. Šípková DÍVKY, ŽENY	19,30 – 21,00 Box a kondiční box S. Stárek DOSPĚLÍ	
Malý sál	9,15 – 10,15 Zdravá záda M. Princová DOSPĚLÍ	14,30 – 15,15 AJ H. Doron I. Miškovská DĚTI 2 – 4 ROKY	15,30 – 16,15 AJ H. Doron-pok. I. Miškovská DĚTI 4 – 6 LET	16,30 – 17,15 AJ H. Doron-pok. I. Miškovská DĚTI 6 – 9 LET	17,30 – 19,00 Hatha jóga J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	19,15 – 20,45 Hatha jóga J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	
Učebna	12,00 – 12,45 Flétna zobcová J. Beránek DĚTI ZAČÁTEČ.	12,45 – 13,45 Kytara I J. Beránek DĚTI OD 6 LET	13,45 – 14,30 Flétna zobcová J. Beránek DĚTI POKROČILÍ	14,30 – 15,30 Kytara II J. Beránek OD 6 LET	15,30 – 16,30 Kytara, ukulele J. Beránek OD 6 LET	16,30 – 17,30 Kytara IV J. Beránek OD 8 LET	17,30 – 18,30 Kytara V J. Beránek OD 8 LET
STŘEDA Tělocvična		15,00 – 16,00 Rokenrol T. Malá JUNGLE	16,00 - 17,00 Rokenrol T. Malá STARS	17,00 – 18,00 Taekwon-Do Oddíl V. Machoty PRO VŠECHNY	18,00 – 19,00 Basketbal, TYGRČI Kölbllová, Keclík. DĚTI 10 - 13 LET	19,00 – 20,00 Kruhový trénink K. Kudrmanová DOSPĚLÍ	20,00 – 22,00 SOKOL
Malý sál	9,00 – 9,45 MOMMYTIME Cvičení dětí s rodiči MEDVÍDCI 1,5 – 2,5 ROKU	10,00 – 10,45 MOMMYTIME Cvičení lezoucích dětí s rodiči ŽELVIČKY OD 7 MĚSÍCŮ	11,00 – 11,45 MOMMYTIME Cvičení ležících dětí s rodiči KLOKÁNCI OD 4 MĚSÍCŮ	16,00 – 17,00 Taekwon-Do Oddíl V. Machoty PŘÍPRAVKA	17,00 – 18,00 Rokenrol T. Malá PŘÍPRAVKA	18,10 – 19,40 Balanční techniky a SM-systém D. Řeháková DÍVKY, ŽENY	
Učebna					17,30 – 19,00 Hatha jóga indiv. J. Kamarýtová rezervace		

ČTVRTEK Tělocvična		15,15 – 16,00 MOMMYTIME Cvičení nejen na opičích dráhách DĚTI 3 – 6 LET	16,00 – 17,00 Florbal J. Franek DĚTI POKROČ.	17,00 - 18,00 Rope Skipping I. Staňková OD 6-TI LET	18,00 – 19,00 Dance Aerobic O. Šípková DÍVKY, ŽENY	19,00 – 20,00 Jóga O. Šípková DÍVKY, ŽENY	20,00 – 22,00 Badminton Bez trenéra DOSPĚLÍ
Malý sál			16,15 – 17,00 MOMMYTIME Rodiče a děti MEDVÍDCI 1,5 – 2,5 ROKU	17,00 – 18,00 Rokenrol T. Malá PŘÍPRAVKA	18,00 – 19,00 Zdravě do kondice Z. Ambrožová DOSPĚLÍ	19,00 – 20,00 Pilates s Port de Bras B. Valuchová DOSPĚLÍ	
Učebna	VÝŽIVOVÁ PORADNA Ing. Veronika Martincová, výživová poradkyně, jidloprodeti@seznam.cz 736 681 403				18,00 – 19,00 Výživová poradna V. Martincová		
PÁTEK Tělocvična			15,00 – 16,15 Rokenrol V. Kajuková STARS	15,45 – 17,00 Rokenrol V. Kajuková JUNGLE	17,00 - SOKOL	SOKOL	- 22,00 SOKOL
Malý sál		13,30 – 15,30 Balet 1x za 14 dní H. Zadáková DĚTI ZŠ			17,00 – 18,00 Rokenrol V. Kajuková KOŤATA	18,00 – 19,00 Hip Hop M. Štěpinová DĚTI od 12 let	
SOBOTA Tělocvična	9,30 – 11,00 Box a kondiční box S. Stárek OD 12 LET	PSYCHOTERAPEUTICKÁ PORADNA Mgr. Dominika Podhráská Objednání na 608 609 999 Více na www.podhraska-psychlog.cz.					
Malý sál	9,00 – 10,00 Kruhový trénink K. Kudrmanová DOSPĚLÍ						
NEDĚLE Tělocvična	PORADNA CELOSTNÍ MEDICÍNY Ing. Lenka Jahelková, certifikovaný terapeut Objednání na 607 834 984 Více na www.medicelo.cz.		15,00 – 16,00 Taekwon-Do Oddíl V. Machoty PŘÍPRAVKA	16,00 – 17,00 Taekwon-Do Oddíl V. Machoty ODDÍL	17,00 – SOKOL	SOKOL	- 22,00 SOKOL
Malý sál						17,00 – 18,15 Jóga O. Šípková DOSPĚLÍ	18,30 – 19,45 Jóga O. Šípková DOSPĚLÍ

