



# SPORTOVNĚ KULTURNÍ CENTRUM V ONDŘEJOVĚ

Rozvrh kurzů od února 2023. Změna rozvrhu vyhrazena.

<b>PONDĚLÍ</b> Tělocvična	<b>Kurzy organizované a placené SKC jsou označené fialově.</b>  Černě vyznačené se platí lektorům.		16,00 – 17,00 <b>Lezecká stěna</b>  Tom Ondruš Děti i dospělí	17,00 – 18,00 <b>Lezecká stěna</b>  Tom Ondruš Děti i dospělí	18,00 – 19,00 <b>Karate</b>  K. Bosáková 6 – 12 LET	19,00 – 20,00 <b>Sebeobrana</b>  K. Bosáková OD 12 LET	20,05 – 22,00 <b>Badminton</b>  Bez trenéra
Malý sál			16,30 – 17,15 <b>Balet</b> H. Zadáková DĚTI 3 – 4 ROKY	17,15 – 18,00 <b>Balet</b> H. Zadáková DĚTI 5 – 6 LET	18,00 – 19,00 <b>Balet</b> H. Zadáková DĚTI 1. ST. ZŠ	19,00 – 20,00 <b>Pilates</b> B. Valuchová DOSPĚLÍ	20,05 – 21,20 <b>Dynamická jóga s relaxací</b> D. Fuchsová
Učebna					16.30 – 18.00 <b>Současné výtvarné umění</b> Lucie Bělohradská		
<b>ÚTERÝ</b> Tělocvična		15,00 – 16,00 <b>Parkour&amp;Freerun</b> začátečníci I. Mračková, APDT DĚTI OD 6 LET	16,00 – 17,00 <b>Parkour&amp;Freerun</b> pokročilí I. Mračková, APDT DĚTI OD 9 LET		18,00 – 19,30 <b>Dance aerobic pro pokročilé</b> O. Šípková DÍVKY, ŽENY	19,30 – <b>Box a kondiční box</b> S. Stárek DOSPĚLÍ	- 21,00 <b>Box a kondiční box</b>
Malý sál			15,30 – 16,15 <b>AJ H. Doron</b> I. Miškovská DĚTI 7 – 9 let	16,30 – 17,15 <b>AJ H. Doron</b> I. Miškovská DĚTI 4 – 6 let	17,30 – 19,00 <b>Hatha jóga</b> J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	19,15 – 20,45 <b>Hatha jóga</b> J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	
Učebna	12,00 – 12,45 <b>Flétna zobcová</b> J. Beránek DĚTI ZAČÁTEČ.	12,45 – 13,45 <b>Kytara I</b> J. Beránek DĚTI OD 6 LET	13,45 – 14,30 <b>Flétna zobcová</b> J. Beránek DĚTI POKROČILÍ	14,30 – 15,30 <b>Kytara II</b> J. Beránek OD 6 LET	15,30 – 16,30 <b>Kytara, ukulele</b> J. Beránek OD 6 LET	16,30 – 17,30 <b>Kytara IV</b> J. Beránek OD 8 LET	
<b>STŘEDA</b> Tělocvična			15.30 – 16.30 <b>Hasiči Turkovice</b>	17,00 – 18,00 <b>Taekwon-Do</b> Oddíl V. Machoty	18,00 – 19,00 <b>Rokenrol</b> Elen Prokešová	19,00 – 20,00 <b>Rokenrol</b> Elen Prokešová	
Malý sál				17,00 – 18,00 <b>Rokenrol</b> PŘÍPRAVKA 4-6			
Učebna						17,30 – 19,00 <b>Hatha jóga indiv.</b> J. Kamarýtová rezervace	

<b>ČTVRTEK</b> Tělocvična				17,30 - Bojová umění <b>BUJINKAN</b> Petr Holub	- 19,00 Bojová umění <b>BUJINKAN</b>	19,00 – 20,00 <b>Kruhový trénink</b> K. Kudrmanová DOSPĚLÍ	20,00 – 22,00 <b>Badminton</b> Bez trenéra DOSPĚLÍ
Malý sál	14,30 – 15,30 <b>Jóga pro děti</b>  5 – 9 let Kamila Mořková				18,00 – 19,00 <b>Pohybem ke zdraví</b> Z. Ambrožová Od 55 let		
Učebna							
<b>PÁTEK</b> Tělocvična					17,00 - <b>SOKOL Fotbal</b>	- 19,00 <b>SOKOL Fotbal</b>	<b>19 – 20</b> <b>SOKOL Florbal</b>
Malý sál					17,00 – 18,00 <b>Balet</b> H. Zadáková DĚTI SKUPINA	18,00 – <b>HIP HOP</b>  DĚTI 10 – 15 let	- 20,00 <b>HIP HOP</b>  DĚTI 10 – 15 let
<b>SOBOTA</b> Tělocvična	9,30 – 11,00 <b>Box a kondiční box</b> S. Stárek OD 12 LET	11 – <b>Mažoretky</b>  Tereza Šeblová	- 13,30 <b>Mažoretky</b>  Tereza Šeblová				
Malý sál							
<b>NEDĚLE</b> Tělocvična			13 – 16 Můžete se domluvit o pronájmu <b>Hasiči Turkovice</b>	16,00 – 17,00 <b>Taekwon-Do</b>  Oddíl V. Machoty	17.30 – 18.45 <b>Jóga</b> O. Šípková DOSPĚLÍ	19 –  <b>SOKOL</b>	– 22  <b>SOKOL</b>
Malý sál			15,00 – 16,00 <b>Taekwon-Do</b> Oddíl V. Machoty				

[www.skcvondrejove.cz](http://www.skcvondrejove.cz)