

Pondělí	9:30 – 10:30 Cvičení rodičů s dětmi (1,5 – 3r.) Renata		14:00 – 14:55 Joga s dětmi K. Tomíčková		15:30 - 16:30 Cyklo klub Jičín		17:00 -18:00 Cvičení s Jitkou Valentovou Tel: 607 617 658		18:20 – 19:20 Jóga s Lucií		19:30 – 20:30 R Latino ladies Aneta Machačná			
Úterý	6:15 –7:30 Kondiční trénink s Petrem Soukupem		9:00 – 10:30 Cvičení dětí a rodičů (1,5 a více) K. Kovandová tel. 792 400 092		14:30 - 17:00 <i>Aerobic club Jičín</i> tel.		17:10 – 18:10 Power jóga Alena M.		18:20 – 19:20 R Fitbox Lucka Jampílková		18:20 – 19:20 R Závěsný systém „trx“ Nikola S. <i>tělocvična II.</i>		Volné k pronájmu	
Středa					15:30 – 17:40 Taneční skupina Angels		17:45 –18:45 Jóga s Lucií pro zdravá záda		19:00 – 20:15 R Kompenzační kondiční trénink Petr Soukup					
Čtvrtek	9:00 – 10:30 Cvičení dětí a rodičů (1,5 a více) K. Kovandová		16:00 – 17:00 Hejbolata a školčata (3 – 6 let) K. Kovandová		17:10 – 18:10 Hatha joga Alena Milková		17:10 – 18:10 R (<i>tělocvična II.</i>) Pilates Monika Crhová		18:20 – 19:20 R Fitbox Lucka Jampílková		19:30 – 20:30 Latino ladies Aneta Machačná R			
Pátek			14:30 - 16:55 Cyklo klub Jičín		17:00 -18:00 Cvičení s Jitkou Valentovou Tel: 607 617 658			18:05 -19:10 Aerobic club Jičín		19:15 – 21:15 „Šermíři“				
SOBOTA A NEDĚLE PRONÁJMY PRO DĚTSKÉ OSLAVY a podobně														

TĚLOCVIČNA II.

Pondělí			18:20 – 19:20 R Jumping Veronika	19:30 – 20:40 R Cycling + TRX Aleš
Úterý			18:20 – 19:20 R Závěsný systém „trx“ Nikola S.	19:30 – 21:00 R Cyklo trénink Štěpán
Středa			17:45 – 18:45 R cycling lekce Martina H.	19:00 – 20:00 R Cycling pohodová jízda Kordas
Čtvrtek		17:10 – 18:10 R Pilates Monika Crhová	18:20 – 19:20 R Závěsný systém „trx“ Nikola S.	19:30 – 21:00 R Cyklo trénink + cvičení Kordas
Neděle			17:30 – 18:40 R Kruhový trénink Vanda	

Hodiny označené **R** je nutno rezervovat. AKTUÁLNÍ ROZVRH vždy na www.fitclubjicin.cz,
petr.kordik@centrum.cz,
tel: 737 948 738