

Pondělí	9:30 – 10:30 Cvičení rodičů s dětmi (1,5 – 3r.) Renata	14:00 – 14:55 Joga s dětmi K. Tomíčková	15:00 – 16:00 <u>(od 11 / 2022)</u> 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 <u>R</u> Latino ladies Aneta Machačná
Úterý	6:15 – 7:30 Kondiční trénink s Petrem Soukupem	9:00 – 10:30 <u>(od října)</u> Cvičení dětí a rodičů (1,5 a více) K. Kovandová tel. 792 400 092	14:15 -17:00 <i>Aerobic club</i> Jičín tel. 724 944 659	17:10 – 18:10 Power jóga Alena M.	18:20 – 19:20 <u>R</u> Fitbox Lucka Jampílková	
Středa			15:30 – 17:30 Taneční skupina Angels	17:45 –18:45 Jóga s Lucií pro zdravá záda	19:00 – 20:15 <u>R</u> 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 pro spokojená záda Alena Milková	17:10 – 18:10 <u>R</u> <u>(tělocvična II.)</u> Pilates Monika Crhová	18:20 – 19:20 <u>R</u> Fitbox Lucka Jampílková	19:30 – 20:30 Latino ladies Aneta Machačná <u>R</u>
Pátek		14:30 - 16:55 Cyklo klub Jičín	17:00 -18:00 Cvičení s Jitkou Valentovou Tel: 607 617 658	18:05 -19:10 <i>Aerobic club</i> Jičín	19:15 – 21:15 „Šermíři“	

SOBOTA A NEDĚLE PRONÁJMY PRO DĚTSKÉ OSLAVY a podobně

TĚLOCVIČNA II.

Pondělí			18:20 – 19:20 <u>R</u> Jumping Veronika	19:30 – 20:40 <u>R</u> <u>(od 3.10.)</u> Cycling + TRX Aleš
Úterý			18:20 – 19:20 <u>R</u> BOSU <u>(od 4.10.)</u> balanční cvičení Katka	19:30 – 21:00 <u>R</u> <u>(od 1.11.)</u> Cyklo trénink Štěpán
Středa			17:45 – 18:45 <u>R</u> <u>(od 19.10.)</u> cycling lekce Martina H.	19:00 – 20:00 <u>R</u> <u>(od 19.10.)</u> Cycling pohodová jízda Kordas
Čtvrtek		17:10 – 18:10 <u>R</u> Pilates Monika Crhová	18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola S.	19:30 – 21:00 <u>R</u> <u>(od 3.11.)</u> Cyklo trénink + cvičení Kordas
Neděle			17:30 – 18:40 <u>R</u> Kruhový trénink Vanda	

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