

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 <u>R</u> 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 Aerobic club Jičín tel.	17:10 – 18:10 Power jóga Alena M.	18:20 – 19:20 <u>R</u> Fitbox Lucka Jampílková	18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola S. <i>tělocvična II.</i>	volné k pronájmu
Středa			15:15 – 17:40 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 Alena Milková	17:10 – 18:10 <u>R</u> (<i>tělocvična II.</i>) 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 Aerobic club Jičín	19:15 – 21:15 „NOSTRA EX 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> Cycling + TRX Aleš
Úterý			18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola S.	19:30 – 21:00 <u>R</u> Cyklo trénink Štěpán
Středa			17:45 – 18:45 <u>R</u> cycling lekce Martina H.	19:00 – 20:00 <u>R</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> 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