

Rozvrh na KVĚTEN 2023

TĚLOCVIČNA I.

Pondělí	9:30 – 10:30 Cvičení rodičů s dětmi (1,5 – 3r.) Renata	14:00 – 14:55 Joga s dětmi K. Tomíčková		17:00 -18:00 Cvičení s Jitkou Valentovou Tel: 607 617 658	18:20 – 19:20 Jóga s Lucií	
Úterý		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> Závěsný systém „trx“ Nikola S. <u>tělocvična II.</u>	volné k pronájmu
Středa			15:15 – 17:40 Taneční skupina Angels	<u>R</u> 17:45 –18:45 Jóga s Lucií pro zdravá záda	19:00 – 20:00 <u>R (od 12.4.)</u> Jumping Veronika	
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> (<u>tělocvična II.</u>) Pilates Monika Crhová	18:20 – 19:20 <u>R</u> Fitbox Lucka Jampílková	
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	
Úterý			18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola S.	
Středa				
Čtvrtek		17:10 – 18:10 <u>R</u> Pilates Monika Crhová	18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola S.	
Neděle			17:30 – 18:40 <u>R</u> Kruhový trénink Vanda	

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