

Pondělí	9:30 – 10:30 Cvičení rodičů s dětmi (1,5 – 3r.) Denisa		15:30 - 16:30 Cyklo klub Jičín	17:00 - 18:00 Cvičení s Jitkou Valentovou Tel: 607 617 658	18:20 – 19:20 Pohodová joga s Danou Hlavovou		
Úterý	6:15 – 7:30 Kondiční trénink s Petrem Soukupem		14:00 - 17:00 Aerobic club Jičín	16:45 – 17:45 Power joga Bára Chaloupková tělocvična II	18:20 – 19:20 <u>R</u> Fitbox Lucka Jampílková	18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola S. tělocvična II.	Volné k pronájmu
Středa	9:15 - 10:30 „herna“ pro rodiče a děti – volný vstup do tělocvičny 1- 3 roky		15:00 – 18:25 Taneční skupina Angels	18:30 – 19:40 Kompenzační a 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 <u>R</u> Jumping Katka tělocvična II	17:10 – 18:10 Fitbox Lucka Jampílková	18:20 – 19:35 Čchi-kung Milan Král		
		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		16:30 – 17:30 <u>R</u> Cycling „po práci = pohodová jízda s Pavlem“	18:20 – 19:20 <u>R</u> Jumping Veronika	19:30 – 20:40 <u>R</u> Cycling + TRX Aleš
Úterý		16:45 – 17:45 Power joga Bára Chaloupková tělocvična II	18:20 – 19:20 <u>R</u> Závěsný systém „trx“ Nikola S.	19:30 – 21:00 <u>R</u> Cyklo trénink Štěpán
Středa			18:00 – 19:00 <u>R</u> cycling lekce Martina H.	19:10 – 20:10 <u>R</u> Cycling pohodová jízda Kordas
Čtvrtek		17:10 – 18:10 <u>R</u> Jumping Katka	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