

SPORTOVNĚ KULTURNÍ CENTRUM V ONDŘEJOVĚ



Rozvrh kurzů od února do června 2024

PONDĚLÍ Tělocvična	Platby do SKC jsou vyznačené červeně, ostatní kurzy se platí lektorům, případě oddílům.	15,00 – 16,00 Sportovní příprava dle TE7 . Š. Řeháková DĚTI 9 – 12 LET	16,00 – 17,00 Pohybové hry s lezením T.Ondruš DĚTI 8 – 12 LET	17,00 – 18,00 Lezecká stěna T. Ondruš DĚTI, MLÁDEŽ	18,00 – 19,00 Karate O. Bosák K. Bosáková PŘÍPRAVKA	19,00 – 20,00 Sebeobrana O. Bosák K. Bosáková OD 12 LET	
Malý sál	8,00 – REZERVACE PRO FYZIOTERAPII T. Pígllová		16,30 – 17,15 Balet H. Zadáková DĚTI 3 – 4 ROKY	17,15 – 18,00 Balet H. Zadáková DĚTI 5 – 6 LET	18,00 – 19,00 Balet H. Zadáková DĚTI 1. ST. ZŠ	19,00 – 20,00 Pilates B. Valuchová DOSPĚLÍ	20,05 – 21,20 Dynamická jóga s relaxací D. Fuchsová DOSPĚLÍ
ÚTERÝ Tělocvična		15,00 – 16,00 Parkour&Freerun začátečníci I. Mračková, APDT DĚTI OD 6 LET	16,00 – 17,00 Parkour&Freerun pokročilí I. Mračková, APDT DĚTI OD 9 LET	17,00 – 18,00 Rokenrol E. Prokešová sk.SUNSHINE	18,00 – 19,30 Dance Aerobic, O. Studničková Šípková DÍVKY, ŽENY	19,30 - Box a kondiční box S. Stárek DOSPĚLÍ	– 21,00 Box a kondiční box S. Stárek DOSPĚLÍ
Malý sál	8,00 – REZERVACE PRO FYZIOTERAPII T. Pígllová	14,15 – 15,15 AJ H. Doron I. Miškovská DĚTI	15,30 – 16,15 AJ H. Doron-pok. I. Miškovská DĚTI 7 – 9 LET	16,30 – 17,15 AJ H. Doron-pok. I. Miškovská DĚTI 4 – 6 LET	17,30 – 19,00 Hatha jóga J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	19,15 – 20,45 Hatha jóga J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	
STŘEDA Tělocvična				17,00 – 18,00 Taekwon-Do Oddíl V. Machoty PRO VŠECHNY	18,00 – 19,00 Rokenrol E. Prokešová sk. JUNGLES	19,00 – 20, 00 Rokenrol 1x za 14 dní, sudý týden E. Prokešová sk. JUNGLES	20,00 – 22,00 SOKOL leden - únor
Malý sál	8,00 – REZERVACE PRO FYZIOTERAPII T. Pígllová			17,00 – 18,00 Rokenrol Příprava DĚTI 4 – 7 LET	18,00 – 19,00 Pohybem ke zdraví Z. Ambrožová 55 LET A VÍCE	19,15 – 20,45 Hatha jóga J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	

ČTVRTEK Tělocvična		15,00 – 16,00 Sportovní příprava TE7 programu Š. Řeháková DĚTI 6 - 8 LET	16,00 – 17,00 Karate O. Bosák DĚTI POKROČILÉ	17,00 – Hasiči Turkovice J.Brabec DĚTI, MLÁDEŽ	– 19,00 Hasiči Turkovice J.Brabec DĚTI, MLÁDEŽ	19,00 – 20,00 Fit trénink, kondičně silový K. Kudrmanová DOSPĚLÍ	20,00 – 22,00 Badminton Bez trenéra DOSPĚLÍ
Malý sál	10,00 – 10,15 Skupinová fyzioterapie T. Pígllová DOSPĚLÍ	14,30 – 15,30 Jóga pro děti K. Motřková DĚTI 5 – 9 LET	17,30 – Bojová umění BUJINKAN P. Holub DOSPĚLÍ	– 19,00 Bojová umění BUJINKAN P. Holub DOSPĚLÍ	19,00 – 20,30 ČCHI-KUNG R. Procházková DOSPĚLÍ		
PÁTEK Tělocvična			16,00 – SOKOL	 SOKOL	 SOKOL	 SOKOL	- 22,00 SOKOL
Malý sál	8,00 – REZERVACE PRO FYZIOTERAPII T. Pígllová		16,30 – 18,00 Balet H. Zadáková DĚTI SKUPINA				
SOBOTA Tělocvična	9,30 – Box a kondiční box S. Stárek, Z. Štádler DOSPĚLÍ	- 11,00 Box a kondiční box S. Stárek, Z. Štádler DOSPĚLÍ	11,00 - Mažoretky T. Šeblová DĚTI	- 12,30 Mažoretky T. Šeblová DĚTI			
Malý sál							
NEDĚLE Tělocvična	8,00 – 9,00 Skupina historického šermu O. Čermák DOSPĚLÍ	13,00 – Hasiči Turkovice nábor a výcvik J.Brabec DĚTI, MLÁDEŽ	– 15,30 Hasiči Turkovice nábor a výcvik J.Brabec DĚTI, MLÁDEŽ	15,30 – 16,30 Taekwon-Do Oddíl V. Machoty PŘÍPRAVKA	16,30 – 17,30 Taekwon-Do Oddíl V. Machoty ODDÍL	17,30 – 18,45 Jóga O. Studničková Šípková DOSPĚLÍ	22,00 SOKOL
Malý sál							

CENY KURZŮ HRAZENÝCH SKC pro pololetí: **Balet** 850,- Kč pondělí, 500,- Kč pátek, nebo 1200,- Kč oba dny, **Karate** 1260,- Kč, **Sebeobrana** 1440,- Kč,

Pohybem ke zdraví 790,- Kč/70 Kč 1 lekce, **PLATBA NUTNÁ DO KONCE ÚNORA na účet SKC č.209682057/0300**