

# SPORTOVNĚ KULTURNÍ CENTRUM V ONDŘEJOVĚ



## Rozvrh kurzů od února do června 2024

<b>PONDĚLÍ</b> Tělocvična	<b>Platby do SKC jsou vyznačené červeně, ostatní kurzy se platí lektorům, případně oddílům.</b>	15,00 – 16,00 <b>Sportovní příprava dle TE7 .</b> Š. Řeháková DĚTI 9 – 12 LET	16,00 – 17,00 <b>Pohybové hry s lezením</b> T.Ondruš DĚTI 8 – 12 LET	17,00 – 18,00 <b>Lezecká stěna</b>  T. Ondruš DĚTI, MLÁDEŽ	18,00 – 19,00 <b>Karate</b> O. Bosák K. Bosáková <b>PŘÍPRAVKA</b>	19,00 – 20,00 <b>Sebeobrana</b> O. Bosák K. Bosáková <b>OD 12 LET</b>	
Malý sál	8,00 – REZERVACE PRO FYZIOTERAPII  T. Pígllová		16,30 – 17,15 <b>Balet</b>  H. Zadáková DĚTI 3 – 4 ROKY	17,15 – 18,00 <b>Balet</b>  H. Zadáková DĚTI 5 – 6 LET	18,00 – 19,00 <b>Balet</b>  H. Zadáková DĚTI 1. ST. ZŠ	19,00 – 20,00 <b>Pilates</b>  B. Valuchová DOSPĚLÍ	20,05 – 21,20 <b>Dynamická jóga s relaxací</b> D. Fuchsová DOSPĚLÍ
<b>ÚTERÝ</b> Tělocvična		15,00 – 16,00 <b>Parkour&amp;Freerun</b> začátečníci I. Mračková, APDT DĚTI OD 6 LET	16,00 – 17,00 <b>Parkour&amp;Freerun</b> pokročilí I. Mračková, APDT DĚTI OD 9 LET	17,00 – 18,00 <b>Rokenrol</b>  E. Prokešová sk.SUNSHINE	18,00 – 19,30 <b>Dance Aerobic,</b> O. Studničková Šípková DÍVKY, ŽENY	19,30 - <b>Box a kondiční box</b> S. Stárek DOSPĚLÍ	- 21,00 <b>Box a kondiční box</b> S. Stárek DOSPĚLÍ
Malý sál	8,00 – REZERVACE PRO FYZIOTERAPII  T. Pígllová	14,15 – 15,15  <b>AJ H. Doron</b> I. Miškovská DĚTI	15,30 – 16,15 <b>AJ H. Doron-pok.</b>  I. Miškovská DĚTI 7 – 9 LET	16,30 – 17,15 <b>AJ H. Doron-pok.</b>  I. Miškovská DĚTI 4 – 6 LET	17,30 – 19,00 <b>Hatha jóga</b>  J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	19,15 – 20,45 <b>Hatha jóga</b>  J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	
<b>STŘEDA</b> Tělocvična		15,00 – 15,55 <b>Tvůrčí deník</b>  Hana Železná PRO DĚTI 8 – 13 LET <b>NOVINKA</b>	16,05 – 17,00 <b>ZE-MĚ</b> Hana Železná PRO DĚTI 8 – 14 LET <b>NOVINKA</b>	17,00 – 18,00 <b>Taekwon-Do</b>  Oddíl V. Machoty PRO VŠECHNY	18,00 – 19,00 <b>Rokenrol</b>  E. Prokešová sk. JUNGLES	19,00-20,00 <b>Rokenrol</b>  E. Prokešová sk. JUNGLES	20,00 – 22,00 <b>SOKOL</b>  1x za měsíc, vždy jeden týden Tom Ondruš DĚTI E. Prokešová sk. JUNGLES
Malý sál	8,00 – REZERVACE PRO FYZIOTERAPII  T. Pígllová			17,00 – 18,00 <b>Rokenrol</b> Příprava  DĚTI 4 – 7 LET	18,00 – 19,00 <b>Pohybem ke zdraví</b> Z. Ambrožová 55 LET A VÍCE	19,15 – 20,45 <b>Hatha jóga</b>  J. Kamarýtová DOSPĚLÍ	

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