

TĚLOCVIČNA HARFA

Kurta Konráda 17, 190 00 Praha 9

ROZVRH LEDEN AŽ ČERVEN 2024

| ČAS | PONDĚLÍ | ÚTERÝ | STŘEDA | ČTVRTEK | ČAS |
|-------|--------------------------|---|---|---|-------|
| 9:00 | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | 9:00 |
| 9:30 | | | | | 9:30 |
| 10:00 | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ Jana Hladřová | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | 10:00 |
| 10:30 | | | | | 10:30 |
| 11:00 | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ Jana Hladřová | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | 11:00 |
| 11:30 | | | | | 11:30 |
| 12:00 | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | SK Tělo a mysl v pohybu INDIVIDUÁLNÍ LEKCE - NA OBJEDNÁNÍ Jana Hladřová | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | 12:00 |
| 12:30 | | | | | 12:30 |
| 13:00 | | SK Tělo a mysl v pohybu ZDRAVÁ ZÁDA Jana Hladřová | | SK Tělo a mysl v pohybu ZDRAVÁ ZÁDA Jana Hladřová | 13:00 |
| 13:30 | | | | | 13:30 |
| 14:00 | | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ Jana Hladřová | 14:00 |
| 14:30 | | | | | 14:30 |
| 15:00 | | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ Jana Hladřová | 15:00 |
| 15:30 | * GYMNATHLON * BABY | * GYMNATHLON * BABY | | | 15:30 |
| 16:00 | * GYMNATHLON * BABY | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | | 16:00 |
| 16:30 | | * GYMNATHLON * JUNIOR | | | 16:30 |
| 17:00 | * GYMNATHLON * JUNIOR | | SK Tělo a mysl v pohybu CVIČENÍ SENIORŮ PaedDr. Matoušová | SK Tělo a mysl v pohybu TRX (16:45-17:45) Jana Hladřová | 17:00 |
| 17:30 | | | | | 17:30 |
| 18:00 | | POHYB JE ŽIVOT František Čejka (uzavřená skupina) | | POHYB JE ŽIVOT František Čejka (uzavřená skupina) | 18:00 |
| 18:30 | | | | | 18:30 |
| 19:00 | | | | | 19:00 |
| 19:30 | | | | | 19:30 |
| 20:00 | PONDĚLÍ | ÚTERÝ | STŘEDA | ČTVRTEK | 20:00 |

KONTAKT NA CVIČITELE SK TĚLO A MYSL V POHYBU:

PaedDr. Miluška Matoušová
telefon: 775 994 286
email: milamatous@seznam.cz
Jana Hladřová
telefon: 604 439 928
email: jana.hladova@gmail.com

GYMNATHLON:

Kateřina Durasová
telefon:
721 487 229
email:
katerina.durasova@gymnathlon.cz

