

## Rozvrh aktivit na školní rok 2010/2011 – od 1. 4. 2011.

	DOPOLEDNE	ODPOLEDNE	VEČER		
<b>Pondělí</b>	8:00 - 11:30	15:00 - 18:00	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00
	<b>Školička</b> Alena + Petra	<b>Hudební škola YAMAHA</b> Robátka, Krůčky Míša	<b>Pilates</b> kurz 1 pokročilí Radka	<b>Step aerobik, Bosu aerobik + posilování</b> Milena	<b>Pilates</b> kurz začátečníci Radka
<b>Úterý</b>	9:30 - 10:30		17:00 - 18:00	18:30 - 19:30	19:30 - 21:00
	<b>P-class, posilování, aerobik, strečink</b> <b>+ hlídání dětí</b> Milena + Jana		<b>Junior aerobik</b> děti od 3,5-6let Milena	<b>BOSU + Gymbally</b> kondiční cvičení na velkých míčích a bosu Milena	<b>P-class</b> jednoduchá aerob. sestava + posilování, strečink Lucka D.
<b>Středa</b>	8:00 - 11:30	15:00 - 17:00	17:30 - 18:30	18:30 - 19:30	19:30 - 20:30
	<b>Školička</b> Alena + Petra	<b>Brouček</b> Alena	<b>BOSU pilates</b> kurz Radka	<b>Pilates</b> kurz začátečníci Radka	<b>Pilates</b> kurz 2 pokročilí Radka
<b>Čtvrtek</b>	9:30 - 10:30	15:00 - 17:00	17:00 - 18:00	18:30 - 19:30	19:30 - 20:30
	<b>P-class, posilování, aerobik, strečink</b> <b>+ hlídání dětí</b> Milena + Jana	<b>Zimní herna</b> dle počasí říjen - duben Lucka K.	<b>Bollywood</b> břišní tanec děti Vendy	<b>Bollywood</b> břišní tanec dospělí Vendy	<b>Rezervace pro soukromé lekce Pilates</b> Radka
<b>Pátek</b>	9:30 - 11:30	<b>Rezervováno pro oslavy dětských narozenin a tanečních seminářů.</b>			
	<b>Beruška</b> Alena				
<b>Sobota</b>	9:00-9:50	10:00-11:00	Sobotní lekce stepů i flexibarů se rezervují min. 2 dny předem na tel.č. 607886310. Cvičení neprobíhá pravidelně, cvičí se dle rozpisu na <a href="http://www.luckan.cz">www.luckan.cz</a> .		
	<b>Stepy</b> Lucka D.	<b>Flexibary</b> Lucka D.			
<b>Neděle</b>			1x v měsíci pořádáme 3 hodinové nedělní cvičební semináře. Od 17:00 – 20:00 hod. Termín je vždy vypsán dopředu a umístěn v aktualitkách na našich web. stránkách.		

Vysvětlivky k jednotlivým aktivitám najdete v informačních letácích na [www.rodinnyklub.com](http://www.rodinnyklub.com).  
Kontakt. tel.: 603 906 494, 731 571 343.