

ROZVRH CVIČEBNÍCH HODIN 2020/2021

T. J. Sokol Lukavice



ZAČÍNÁME

1. TÝDEN V ŘÍJNU

Pondělí:

19:10 - 20:10 **AEROBIK** s Jančou a Olčou **od 5.10.2020**
(class/ dance/ body s posilovací částí,
kruhový trénink s náčiním,
poslední týden v měsíci STEPY 😊)

Úterý:

18:00 – 19:30 **STOLNÍ TENIS** – Vlasta Pilař

Čtvrtek:

17:50 - 18:50 **CVIČENÍ ŽEN** se Světlanou **od 8.10.2020**
(s pomůckami, SM systém MUDr. Smíšek, meditace)

Pátek:

18:00 - 19:30 **STOLNÍ TENIS** - Vlasta Pilař

**NA VÁS VŠECHNY SE TĚŠÍ
CVIČITELÉ T.J. SOKOL LUKAVICE**

Změna programu vyhrazena.