

REHABILITAČNÍ A RELAXAČNÍ CVIČENÍ, TANCE

Kondiční cvičení s prvky pilates – Petra Poklopová

- pondělí 3. října – 23. ledna (15 lekcí) 9.00 – 10.10 cena: 1200,- Kč

Rekondiční cvičení – Marie Kloučková

- pondělí 3. října – 23. ledna (15 lekcí) 10.35 – 11.45 cena: 1200,- Kč

- pondělí 3. října – 23. ledna (15 lekcí) 12.15 – 13.25 cena: 1200,- Kč

Hudbou a pohybem – Marta Roubalová

- pondělí 3. října – 23. ledna (15 lekcí) 17.00 – 17.45 cena: 1050,- Kč

Rekondiční cvičení – Dana Kurková

- úterý 4. října – 24. ledna (15 lekcí) 9.00 – 10.10 cena: 1200,- Kč

- úterý 4. října – 24. ledna (15 lekcí) 10.45 – 11.55 cena: 1200,- Kč

Cvičení na míčích – Daniela Kupková

- úterý 4. října – 24. ledna (15 lekcí) 12.30 – 13.15 cena: 1050,- Kč

Cvičení na židlích a míčích – Daniela Kupková

- úterý 4. října – 24. ledna (15 lekcí) 13.45 – 14.30 cena: 1050,- Kč

Kondiční cvičení I. – Jindra Stará

- úterý 4. října – 24. ledna (15 lekcí) 15.00 – 16.10 cena: 1200,- Kč

Kompenzační cvičení – Lenka Mykytynová NOVÉ

- středa 5. října – 25. ledna (15 lekcí) 9.00 – 10.10 cena: 1200,- Kč

Kondiční zdravotní cvičení – Pavlína Bulínová

- středa 5. října – 25. ledna (15 lekcí) 10.45 – 11.55 cena: 1200,- Kč

Jóga v denním životě – Irena Nováková

- středa 5. října – 25. ledna (15 lekcí) 16.30 – 17.40 cena: 1200,- Kč

Rekondiční cvičení – Eliška Čermáková

- čtvrtek 6. října – 26. ledna (14 lekcí) 9.00 – 10.10 cena: 1120,- Kč

- čtvrtek 6. října – 26. ledna (14 lekcí) 10.45 – 11.55 cena: 1120,- Kč

Jóga proti bolestem v zádech – Dana Kurková

- čtvrtek 6. října – 26. ledna (14 lekcí) 13.30 – 14.40 cena: 1120,- Kč

Rekondiční cvičení – Dana Kurková

- čtvrtek 6. října – 26. ledna (14 lekcí) 15.00 – 16.00 cena: 1050,- Kč

Cvičení s prvky pilates a taichi – Marta Roubalová

- čtvrtek 6. října – 26. ledna (14 lekcí) 16.20 – 17.30 cena: 1120,- Kč

Kruhové tance – Jana Ježková

- pátek 7. října – 27. ledna (13 lekcí) 12.10 – 13.10 cena: 1040,- Kč

- pátek 7. října – 27. ledna (13 lekcí) 13.25 – 14.25 cena: 1040,- Kč

Cvičení Feldenkreisova metoda – Marie Svobodová

- pátek 7. října – 27. ledna (13 lekcí) 10.30 – 11.40 cena: 1040,- Kč

TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

Trénování paměti – Markéta Zaoralová

- středa 5. října – 25. ledna (15 lekcí) 13.00 – 14.10 cena: 1200,- Kč

ANGLIČTINA

Angličtina (A2-B2) – Tereza Freund (Stixová)

- pondělí 3. října – 23. ledna (15 lekcí) 15.00 – 16.10 cena: 1200,- Kč

Angličtina pro mírně pokročilé (A2) – Jana Štěpánková

- úterý 4. října – 24. ledna (15 lekcí) 9.15 – 10.25 cena: 1200,- Kč

Angličtina pro pokročilé (B1) – Jana Štěpánková

- úterý 4. října – 24. ledna (15 lekcí) 10.45 – 11.55 cena: 1200,- Kč

Angličtina pro pokročilé začátečníky (A1) – Zuzana Melicharová

- středa 5. října – 25. ledna (15 lekcí) 14.30 – 15.40 cena: 1200,- Kč

Angličtina pro mírně pokročilé (A2/B1) – Zuzana Melicharová

- čtvrtek 6. října – 26. ledna (14 lekcí) 16.00 – 17.10 cena: 1120,- Kč

Angličtina pro pokročilé začátečníky (A1) – Petra Poklopová

- pátek 7. října – 27. ledna (13 lekcí) 9.00 – 10.10 cena: 1040,- Kč

Anglická konverzace (A2-B1) – Petra Poklopová

- pátek 7. října – 27. ledna (14 lekcí) 10.30 – 11.40 cena: 1040,- Kč

LÉTO 2022

Letní cvičení 7. června – 27. září, úterý 10:00, cena za lekci (75 min.)