

Tělocvičná jednota SOKOL OSTROMĚŘ

ROZPIS CVIČEBNÍCH HODIN 2021/2022

	15.00-15.45 hod.	16.00-16.55 hod.	17.00-17.55 hod.	18.00-18.55 hod.	19.00-19.55 hod.	20.00-20.55 hod.
PONDĚLÍ			STOLNÍ TENIS (cv. J. Krejčí, M. Zeman)		CVIČENÍ PRO ŽENY ženy, dorostenky (cv. Lada Vávrová)	
ÚTERÝ	CVIČENÍ RDPD rodiče a děti (2 až 4 roky) (cv. Vávrová)	VŠESTRANNOST děti od 4 do 6 let (cv. B. Musílková, L. Vávrová)		žactvo od 6 do 13 let (cv. L. Vávrová, B. Musílková)		NOHEJBAL muži (cv. Jaroslav Tomeš)
STŘEDA				FLORBAL starší žáci (cv. Miloš Vávra)	FLORBAL dorostenci (cv. Miloš Vávra)	
ČTVRTEK		FLORBAL mladší žáci (cv. M. Vávra)	FLORBAL starší žáci (cv. M. Vávra)	AEROBIK, RG žactvo (cv. L. Vávrová)	CVIČENÍ PRO ŽENY ženy, dorostenky (cv. Lada Vávrová)	
PÁTEK				BADMINTON dorost, muži (cv. Dušan Novotný)		
SOBOTA	ŠACHY (od 9 do 10.30) žactvo 8-15 let Vojtěch Vávra	přebory ČOS ve všestrannosti a ve florbalu, akce jednoty				
NEDĚLE			BŘÍŠNÍ TANCE ženy (cv. P. Náhůnková)			

INFORMACE:

- VSTUP DO SOKOLOVNY POSTRANNÍM VCHODEM
- JEDNOTLIVÉ CVIČENÍ PRO DOSPĚLÉ (STOLNÍ TENIS, AEROBIK, POSILOVNA) = 50,- Kč/1 cvičební hodina (60 minut)
- VSTUP PRO ČLENY JEDNOTY DO SOKOLOVNY JEN NA ZÁKLADĚ ZAPLACENÍ ČLENSKÝCH PŘÍSPĚVKŮ