Rozpisy cvičení dětí od 5.5.2021

Zatím smíme cvičit pouze venku

V případě deště necvičíme.

Trénink gymnastiky a aerobiku bude vždy, pokud nebude přímo pršet, cvičíme venku na na gymnastických kobercích. takže nám horší počasí nevadí (vhodně děti oblékněte). Jitka vždy u Alfy bude, v případě deště se postará o dojíždějící děti.

Gymnastika a aerobik jsou před Alfa klubem Sedlecká 670 Kutná Hora
(máme venku gymnastické koberce, hudbu, ..vše co potřebujeme)
Lekce **Děti na startu** probíhá na hřišti u ZŠ Kamenná stezka
Kde a zda bude **Spartan** se vždy aktuálně dozvíte na :
https://www.facebook.com/srtgkutnahora

Pondělí

Akrobacie a gymnastika	velké i malé závodnice	pokročilí	16:10-17:55	

Úterý

Akrobacie a gymnastika	5-7 let	začátečníci	16:10:16:55	
Akrobacie a gymnastika	7-9 let	začátečníci	16:10:16:55	
Akrobacie a gymnastika	10 a více let	začátečníci	16:30:17:15	
~~Taneční aerobik~~	~~9-13 let~~	~~Eliška~~	~~17:05-17:50~~	pouze ve čtvrtek
Děti na startu *	4-6 let	Jitka a Vašek	17:00-17:55	
Děti na startu *	7-9 let	Jitka a Vašek	17:00-17:55	

Středa

Akrobacie a gymnastika	velké i malé závodnice	pokročilí	16:10-17:55	
Gymnastika hrou (s rodiči)	3-4 roky	začátečníci	16:10-16:55	
Akrobacie a gymnastika	5-8 let *****	pokročilejší	16:10-17:30	
Akrobacie a gymnastika	5-7 let	začátečníci	17:10:17:55	
Akrobacie a gymnastika	9 a více let *****	pokročilejší	16:10-17:30	

Čtvrtek

~~Lumpící (rodič s dítětem)~~	~~1-2 roky (chodící)~~	~~Petra (Jitka)~~	~~9:00-9:45~~	zatím ne
~~Mimísci (rodič s dítětem)~~	~~0,5-1 rok (nechodící)~~	~~Petra~~	~~10:00-10:30~~	zatím ne
~~Raubíři (rodič s dítětem)~~	~~3-4 roky~~	~~Petra (Jitka)~~	~~10:45-11:30~~	zatím ne
Taneční aerobik	4-7 let	Áďa	16:45-17:30	
Taneční aerobik	8-11 let	Áďa	17:10-17:55	
Akrobacie a gymnastika	5-7 let	začátečníci	16:10:16:55	
Akrobacie a gymnastika	7-9 let	začátečníci	16:10:16:55	
Spartan Kids	4-15 let	Denisa a Adam	17:00-17:55	

Pátek

Akrobacie a gymnastika	velké i malé závodnice	pokročilí	16:10-17:55	

* **Děti na startu** – všeobecná sportovní příprava dětí – atletika, míčové hry, gymnastika, koordinace,…

Platí předplatné od září, nebo k vyzkoušení možno zaplatit jednotlivou lekci – 50 Kč/hod.
Informace o cvičení a přihlášky na další rok : www.fitstudiojb.cz a J.Brachovcova@seznam.cz