

REHABILITAČNÍ A RELAXAČNÍ CVIČENÍ, TANCE

Kondiční cvičení s prvky pilates – Helena Liptáková

pondělí 6. října – 2. února (14 lekcí), 9.10–10.10, cena 1330 Kč

Rekondiční cvičení – Marie Kloučková

pondělí 6. října – 2. února (14 lekcí), 10.35–11.35, cena 1330 Kč

Jógou ke spokojenému životu – Šárka Moulet

pondělí 6. října – 2. února (14 lekcí), 15.00–16.00, cena 1330 Kč

Ukázkové lekce zdarma v rámci DOD 16. září

Rekondiční cvičení – Dana Kurková

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 9.15–10.15, cena 1330 Kč

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 10.45–11.45, cena 1330 Kč

Cvičení na míčích – Markéta Hříbalová

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 12.30–13.15, cena 1190 Kč

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 13.30–14.15, cena 1190 Kč

Rehabilitační cvičení s prvky pilates – Markéta Hříbalová NOVÉ

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 14.30–15.15, cena 1190 Kč

Ukázkové lekce zdarma v rámci DOD 16. září

Latinsko – americké tance – Anna Biernátová NOVÉ

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 16.30–17.30, cena 1330 Kč

Ukázkové lekce zdarma v rámci DOD 16. září

Kompenzační cvičení – Alena Přádná

středa 8. října – 4. února (15 lekcí), 9.10–10.10, cena 1425 Kč

Kondiční zdravotní cvičení – Pavlína Bulínová

středa 8. října – 4. února (15 lekcí), 10.45–11.45, cena 1425 Kč

Jóga v denním životě – Irena Nováková

středa 8. října – 4. února (15 lekcí), 16.30–17.30, cena 1425 Kč

Cvičení na židlích – Jaroslava Kopecká

čtvrtek 9. října – 5. února (14 lekcí), 9.00–9.45, cena 1190 Kč

Rekondiční cvičení – Jaroslava Kopecká

čtvrtek 9. října – 5. února (14 lekcí), 10.30–11.30, cena 1330 Kč

Jóga proti bolestem v zádech – Dana Kurková

čtvrtek 9. října – 5. února (14 lekcí), 13.30–14.30, cena 1330 Kč

Cvičení s prvky pilates a taichi – Marta Roubalová

čtvrtek 9. října – 5. února (14 lekcí), 15.00–16.00, cena 1330 Kč

Hudbou a pohybem – Marta Roubalová

čtvrtek 9. října – 5. února (14 lekcí), 16.20–17.20, cena 1330 Kč

Kruhové tance – Jana Ježková

pátek 10. října – 6. února (15 lekcí), 9.15–10.15, cena 1425 Kč

Kruhové tance – Jana Ježková

pátek 10. října – 6. února (15 lekcí), 10.30–11.30, cena 1425 Kč

TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI A SEBEROZVOJ

Umění komunikace – Šárka Moulet

Jak správně používat asertivitu a nenásilí v komunikaci

pondělí 6. října – 2. února (14 lekcí), 16.30–17.30, cena 1330 Kč

Ukázkové lekce zdarma v rámci DOD 16. září

Trénování paměti – Renáta Müllerová NOVÉ

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 13.45–14.45, cena 1330 Kč

Ukázkové lekce zdarma v rámci DOD 16. září

Trénování paměti – Renáta Müllerová

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 15.00–16.00, cena 1330 Kč

Trénování paměti – Markéta Zaoralová

středa 8. října – 4. února (15 lekcí), 13.00–14.00, cena 1425 Kč

ANGLIČTINA

Anglická konverzace pro pokročilé (B1) – Zora Freiová

pondělí 6. října – 2. února (14 lekcí), 15.00–16.00, cena 1330 Kč

Anglická konverzace pro mírně pokročilé (A2) – Zora Freiová

pondělí 6. října – 2. února (14 lekcí), 16.15–17.15, cena 1330 Kč

Anglická konverzace (A1-A2) – Alena Přádná NOVÉ

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 9.20–10.20, cena 1330 Kč

Ukázkové lekce zdarma v rámci DOD 16. září

Angličtina pro pokročilé (B1) – Alena Přádná

úterý 7. října – 3. února (14 lekcí), 10.40–11.40, cena 1330 Kč

Angličtina pro mírně pokročilé (A2) – Vladimíra Honsová

středa 8. října – 4. února (15 lekcí), 14.45–15.45, cena 1425 Kč

Angličtina pro začátečníky – Vladimíra Honsová

středa 8. října – 4. února (15 lekcí), 16.15–17.15, cena 1425 Kč

Angličtina pro pokročilé (B1) – Zuzana Melicharová

čtvrtek 9. října – 5. února (14 lekcí), 13.00–14.00, cena 1330 Kč

Angličtina pro mírně pokročilé (A2) – Zora Freiová

pátek 10. října – 6. února (15 lekcí), 9.00–10.00, cena 1425 Kč

Anglická konverzace pro pokročilé (B2) – Zora Freiová

pátek 10. října – 6. února (15 lekcí), 10.10–11.10, cena 1425 Kč

Anglický čtenářský klub (B2) – Zora Freiová

pátek 10. října – 6. února (15 lekcí), 11.20–12.20, cena 1425 Kč