

ROZVRH HODIN CVIČENÍ OD ÚNORA 2026

BENJAMIN KLUB, Vejvanovského 1610, Praha 11

02. 02. - 26. 06. 2026

			dopolední program			přestávka		odpolední program					
den	čas	8:00-8:55	9:00-11:00		11:10 -11:55	13.00-15.00	15:30-16:15	16:15-17:00	17:10 -17:55	18:00-19:00	19:00-20:00		
PO	kurz (měs/rok nar. dítěte)		BENJAMÍNCI - hravě do školky 2 - 3 roky		Cvičení rodiče a děti (11/22-3/23)		Fit pohybový program dětí 3 - 4 r	Fit pohybový program dětí 5 - 6 r	Gymnasticko- taneční přípravka 6 - 9 let	PILATES dospělí	PORT DE BRAS dospělí		
	lektorka		Míša		Míša		Lucka G.	Aneta	Aneta	Lucka G.	Lucka G.		
ÚT	čas		9:15-10:00	10:10-10:55	11.00-12:00			16:00-16:45	17:00-17:45	18:00-18:45	19:00-20:00		
	kurz (měs/rok nar. dítěte)		Pohybový kurz FIT BATOLE (08/23 -01/24)	Pohybový kurz FIT BATOLE (08/24 -12/24)	FYZIO PILATES dospělí + senioři			Fit pohybový program dětí 3 - 4 r	FIT SENIOR zdrav. cvičení dospělí	FIT SENIOR - zdrav. cvičení míče- dospělí	BALANTES a SM gumy dospělí		
	lektorka		Lucka G.	Lucka G.	Lucka G.			Aneta	Martina	Aneta	Aneta		
ST	čas		9:15-10:00	10:10-10:55	11:00-12:00			16:00-16:45	17:00-17:45	18:00-18:45	19:00-20:00		
	kurz (měs/rok nar. dítěte)		Pohybový kurz FIT BATOLE (09/23 -12/23)	Cvičení rodiče a děti (11/22 -03/23)	PILATES dospělí			Fit pohybový program dětí 3 - 4 LET	Gymnasticko- taneční přípravka 4-6 let	STREET DANCE 10 - 18 let	BALANTES dospělí		
	lektorka		Jana K.	Jana K.	Jana K.			Lucka G.	Aneta	Aneta	Lucka G.		
	cvičení v tělocvičně Ke Kateřinkám									16:00 - 16:50	17:00 - 17:50		
										FITGYM pro děti od 4 let tělocvična	FITGYM pro děti od 5 let tělocvična		
								Jana K	Jana K				
ČT	čas		9:15-10:00	10:00-10:45	11:00-12:00			15:00-16:00	17:00-17:45	18:00-18:45	19:00-20:00		
	kurz (měs/rok nar. dítěte)		Pohybový kurz FIT BATOLE (05-09/24)	Cvičení rodiče a děti (02/23 -08/23)	Balantes dospělí			HRAVÁ JÓGA 3 - 5 let	FIT SENIOR - zdrav. cvičení míče- dospělí	FIT SENIOR - zdrav. cvičení míče- dospělí	FIT KONDIČKA dospělí		
	lektorka		Lucka G.	Lucka G.	Lucka G.			Míša	Eva	Eva	Romana		
PÁ	čas		9:15-10:00	10:10-10:55	11:00-11:45			Semináře pro rodiče					
	kurz (měs/rok nar. dítěte)		Pohybový kurz FIT BATOLE (08/24 - 01/25)	Cvičení rodiče a děti (01 - 06/23)	FYZIO PILATES dospělí								
	lektorka		Jana K.	Jana K.	Jana K.								