

ROZVRH HODIN CVIČENÍ OD ZÁŘÍ 2026

BENJAMIN KLUB, Vejvanovského 1610, Praha 11

07. 09. 2026 - 29. 01. 2027

			dopolední program			přestávka		odpolední program			
den	čas		9:00-11:30			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				Fit pohybový program dětí 3 - 4 r.	Fit pohybový program dětí 5 - 7 r.	Gymnasticko- taneční přípravka 7 - 10 let	PILATES dospělí	PORT DE BRAS dospělí
	lektorka		Míša				Lucka G.	Aneta	Aneta	Lucka G.	Lucka G.
ÚT	čas		9:15-10:00	10:10-10:55	11.00-12:00				17:00-17:45	18:00-18:45	19:00-20:00
	kurz (měs/rok nar. dítěte)		Pohybový kurz FIT BATOLE (11/25 -02/26)	Pohybový kurz rodiče a děti (07/24 -12/24)	FYZIO PILATES dospělí + senioři				FIT SENIOR zdrav. cvičení dospělí	FIT SENIOR - zdrav. cvičení míče- dospělí	BALANTES a SM gummy dospělí
	lektorka		Lucka G.	Lucka G.	Lucka G.				Martina	Aneta	Aneta
ST	čas		9:00-11:30					16:00-16:45	17:00-17:45	18:00-18:45	19:00-20:00
	kurz (měs/rok nar. dítěte)		BENJAMÍNCI - hravě do školky 2 - 3 roky					Fit pohybový program dětí 4 - 5 r.	Gymnasticko- taneční přípravka 5 -7 let	STREET DANCE 10 - 18 let	BALANTES dospělí
	lektorka		Míša					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		
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 rodiče a děti (05-09/24)	Pohybový kurz FIT BATOLE (05/25 -10/25)	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				Semináře pro rodiče			
	kurz (měs/rok nar. dítěte)		Pohybový kurz FIT BATOLE (08/25 - 01/26)	Pohybový kurz FIT BATOLE 01/26 - 03/26)							
	lektorka										