



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY ODBOR TJ LOKOMOTIVA BOROHRÁDEK

od 19. září 2022

zahajuje pravidelné cvičení v tělocvičně ZŠ TGM

Pondělí

18.00-19.00 hod.

zdravotní tělovýchova - ženy

19.00-20.00 hod.

aerobik - ženy, dorostenky, žákyně 8. a 9. třída

Úterý

17.00-18.00 hod.

zdravotní tělovýchova 70+

18.00-19.00 hod.

jóga, strečink, pilates - ženy, muži, dorostenky

Středa

17.00-18.00 hod.

cvičení rodičů a dětí ve věku 1- 4 roky

Čtvrtek

18.00-19.00 hod.

zdravotní tělovýchova - ženy

19.00-20.00 hod.

aerobik - ženy, dorostenky, žákyně 8. a 9. třída

POHYB JE ŽIVOT - PŘIJĎTE CVIČIT S NÁMI