

KOMUNITNÍ CENTRUM SÝPKA

září 2025 - leden 2026

den	provozovatel	název	termín	datumy	čas	celkem lekci	místnost	pro koho	zaměření
pondělí	Ivana Veselá	Fit záda	29.9.	29/9 = 1h 06, 13, 20/9 = 3h 10, 24/11 = 2h 01, 08, 15/12 = 3h 05, 12, 19, 26/1 = 4h	8:30 - 9:30	13	velký sál	dospělí, senioři	cvičení
pondělí	Sára Hlaváčová - Tělo v pohybu	Angličtina v pohybu	29.9.	29/9 = 1h 06,13,20/10 = 3h 03,10,24/11 = 3h 08,15/12 = 2h 05,12,19,26/1 = 4h	15:30 - 16:30	13	velký sál	děti	jazykový kroužek
pondělí	Sára Hlaváčová - Tělo v pohybu	Street dance	29.9.	29/9 = 1h 06,13,20/10 = 3h 03,10,24/11 = 3h 08,15/12 = 2h 05,12,19,26/1 = 4h	16:30 - 17:30	13	velký sál	děti	logopedie
pondělí	Zuzana Vyskočáni	Power jóga	29.9.	29/9 = 1h 06,13,20/10 = 3h 03,10, 24/11= 3h 08, 15/12 = 2h 05, 12, 19, 26/1 = 4h	18:15 - 19:15	13	velký sál	dospělí, senioři	cvičení
pondělí	Zuzana Vyskočáni	Hatha jóga	29.9.	29/9 = 1h 06,13,20/10 = 3h 03,10, 24/11= 3h 08, 15/12 = 2h 05, 12, 19, 26/1 = 4h	19:15 - 20:15	13	velký sál	dospělí, senioři	cvičení
úterý	Kateřina Šístková	Miniaerobic	30.9.	30/9 = 1h 07,14,21/10 = 3h 04,11,18,25/11 = 4h 02,09,16/12 = 3h 07,14,21,28/1 = 4h	16:30 - 17:30	15	velký sál	děti	cvičení
úterý	Hana Mandrysz	Pilates	30.9.	30/9 = 1h 07, 21/10 = 2h 4,18,25/11 = 3h 2,9/12 = 2h 6,13,20,27/1 = 4h 3/2 = 1h	18:00 - 19:00	13	velký sál	dospělí, senioři	cvičení

úterý	Jižní s.r.o	Tanec pro ženy	7.10.	07,14,21/10 = 3h 11,18,25/11 = 3h 02,09,16/12 = 3h 06,13,20,27/1 = 4h	19:30 - 20:30	13	velký sál	dospělí, senioři	tanec
středa	Ivana Veselá	Zdravotní pilates	24.9.	24/9 = 1h 01,8,15,22/10 = 4h 05, 12, 19, 26/11 = 4h 03, 10, 17/12 = 3h 07, 14, 21, 29/1 = 4h	8:30 - 9:30	16	velký sál	dospělí, senioři	cvičení
středa	Pavčina Kapalová	Chydrohrátky	24.9.	24/09 = 2h 01,08/10 = 4h 05,12,26/11 = 6h 03,10,17/12 = 6h 14,21/1 = 4h	9:30 - 11:30	22	malý sál	děti	všeobecný rozvoj
středa	Jeduedu	Lego kroužek	24.9.	24/9 = 2h 01,08,15/10 = 6h 05,12,19,26/11 = 8h 03,10,17/12 = 6h 07,14/01 = 4h	15:30 - 17:30	26	malý sál	děti	všeobecný rozvoj
středa	Ski/run Čakovice, Michal Mikuš	OCR - sportovní průprava	1.10.		16:45 - 18:45		velký sál	děti	sport
středa	Sára Hlaváčová - Tělo v pohybu	Street dance	24.9.	24/9 = 1h 01,08,15,22/10 = 4h 05,12,19,26/11 = 4h 03,10,17/12 = 3h 07,14,21,28/1 = 4h	15:15- 16:15	16	velký sál	děti	tanec
středa	Firma Pro Radost - Dagmar Zemanová	čchi kung	24.9.	24/9 = 1h 01,08,15,22,29/10 = 5h 05,12,29/11 = 3h 03, 10/12 = 2h 07, 14, 21, 28/1 = 4h	19:00 - 20:00	15	velký sál	dospělí, senioři	cvičení
čtvrtek	Pavčina Kapalová	Tanečky s tvořením	25.9.	25/9 = 1h 02,16 /10 = 2h 06,13,20/11 = 3h 04,11,18/12 = 3h 15,22/1 = 2h	9:30 - 10:30	11	velký sál	děti	tanec
čtvrtek	Ivana Veselá	Fit záda	25.9.	25/9 = 1h 02, 09, 16, 23/10 = 4h 06, 13, 20, 27/11 = 4h 04, 11/12 = 2h 08, 15, 22, 29/1 = 4h	11:00 - 12:00	15	velký sál	dospělí, senioři	cvičení

čtvrtek	Jižní s.r.o	Sportovky	25.9.	25/9 = 1h 02,09,16,23,30/10 = 5h 06,13,20,27/11 = 4h 04,11,18/12 = 3h 08,15,22,29/1 = 4h	16:30 - 17:30	17	velký sál	děti	cvičení
čtvrtek	Pavčina Kapalová	Chytráčky	25.9.	25/9 = 1h 02,16 /10 = 2h 06,13,20/11 = 3h 04,11,18/12 = 3h 15,22/1 = 2h	10:30 - 11:30	11	malý sál	děti	všeobecný rozvoj
čtvrtek	Jižní s.r.o	Papercat	25.9.	25/9 = 1h 02,09,16,23,30/10 = 5h 06,13,20,27/11 = 4h 04,11,18/12 = 3h 08,15,22,29/1 = 4h	16:00 - 17:00	17	malý sál	děti	výtvarka,tvoření