



Cvičební hodiny odboru ASPV TJ Zruč

platné září 2026 – červen 2027

Velká tělocvična

Pondělí	16:00 – 18:00	Míčové hry a volejbal mladší i starší žactvo	Jan Kocián, Kateřina Jedličková, Kristýna Jehličková
	18:00 – 22:00	Volejbal dospělí	Jan Vokoun
Úterý	16:00 – 17:00	Zdravotní cvičení na židlích	Jitka Kubíková, Jana Šafářová, Eva Votrubová
	17:00 – 19:00	Sportovní gymnastika	Lenka Baumová, Lenka Švíglerová, Alena Vojáčková Suchá
	19:00 – 20:30	Soukromá skupina	
	20:30 – 21:30	Soukromá skupina	
Středa	16:00 – 17:00	Rodiče a děti (3-5 let)	Vendula Johánková, Jarka Štorcová, Eva Votrubová
	17:00 – 18:00	Mladší žactvo (5 - 9 let)	Vendula Johánková, Jana Kotlanová
	18:00 – 19:00	Starší žactvo (9 - 15 let)	Věra Hojerová
	19:00 – 20:00	Bodyforming	Alena Vojáčková Suchá, Zdeňka Hlinovská
	20:00 – 21:30	Soukromá skupina	Eva Hajšmanová
Čtvrtek	15:30 – 17:00	Lehká atletika	Karolína Sekmillerová
	17:00 – 19:30	Sportovní gymnastika specializovaná	Miluše Kepková
	19:30 – 21:00	Soukromá skupina	
Pátek		Fotbal TJ Zruč	

Malá tělocvična

Pondělí	18:00 – 19:30	Jóga	Gita Lukášová, Jana Kotlanová
Středa	17:00 – 19:00	Bujinkan	Vladimír Švígler
Čtvrtek	18:00 – 19:30	Jóga	Gita Lukášová, Jana Kotlanová

Informace: Lenka Švíglerová 721 247 802