

ZKO POLANKA NAD ODROU

Rozvrh hodin obsazenosti výcvikového prostoru

	7:00 - 8:00	8:00 - 9:00	9:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00	12:00 - 13:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	15:00 - 16:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00
Pondělí								Osobní tréninky vedené p. Zdenkou Krakovskou						
Úterý								Osobní tréninky vedené p. Radkou Voitlovou						
Středa								Výcvik agility vedený sl. Klárou Válkovou				Kondiční společné cvičení vedené p. Miroslavem Kotáskem		
Čtvrtek								Výcvik agility vedený sl. Klárou Válkovou						
Pátek								Osobní tréninky vedené p. Radkou Voitlovou						
Sobota	Čas vyhrazený pro akce hromadného významu (zkoušky, závody, kurzy, brigády), požadavky na čas a rezervace minimálně měsíc před termínem akce nahlásit předsedovi spolku													
Neděle			Výcvik pro veřejnost vedený p. Radkou Voitlovou									Kondiční společné cvičení pod vedením p. Miroslava Kotáska		

**Na hodiny vedené instruktorem je vstup pouze po dohodě s instruktorem.
Neobsazené hodiny jsou přístupné členům spolku bez omezení.**

V době od 21.00 do 7.00 hod prosíme o dodržování nočního klidu.

Platnost od 1.1.2025 do 30.6.2025