

ROZPIS KURZOV NA ŠKOLSKÝ ROK 2022 – 2023

Deň	Typ	Zameranie	Inštruktor
PONDELOK			
10.00-11.30	základný	začiatovníci a mierne pokročilí	Heda
15.00-16.30	základný	začiatovníci	Jana
16.45-18.15	základný	mierne pokročilí	Jana
18.30-20.00	základný	začiatovníci a mierne pokročilí	Marika
UTOROK			
9.00-10.30	základný	seniori	Zuzka
15.45-17.15	základný	začiatovníci a pokročilejší	Gejza, Jano
17.30-19.00	mierne pokročilý	pokročilí 1. <i>(pre absolventov základného kurzu jogy SPJ)</i>	Dušan
19.15-20.45	špecializované kurzy	(relaxácia, meditácia ai.) – vždy podľa aktuálnej ponuky	Gejza
STREDA			
9.00-10.30	základný	seniori	Zuzka
15.30-17.00	chrbtice	začiatovníci	Mária
17.15-18.45	chrbtice	začiatovníci a mierne pokročilí	Mária
19.15-20.45	Učítelia SPJ	učiteľské cvičenie	Gejza
ŠTVRTOK			
9.00-10.30	základný	seniori	Angelika
11.00-12.30	základný	seniori	Angelika
16.15-17.45	základný	začiatovníci	Anička, Paľko
18.00-19.30	základný	začiatovníci aj pokročilejší	Iveta
PIATOK			
16.00-17.30	základný	začiatovníci	Rita
17.45-19.15	základný	začiatovníci a mierne pokročilí	Heda, Oľga
NEDEĽA			
15.45-17.15	základný	začiatovníci a mierne pokročilí	Vierka
17.30-19.00	pokročilý	pokročilí 2 (pokračovanie pre skupinu: „pokročilí 1“)	Dušan