

Pastelka.

rodinné centrum

PROGRAM ZÁŘÍ 2025 – LEDEN 2026

PONDĚLÍ	9.00 - 10.00	Šnečci (1 – 1,5 let)	Kateřina Rybníčková
	10.15 - 11.15	Broučci (1,5 – 2 roky)	Kateřina Rybníčková
	14.30 - 16.00	Přírodovědný/včelařský kroužek (7 - 11 let)	Iva Drápelová
	15.30 - 16.30	Žabičky (6-12 měsíců)	Kateřina Karásková
	16.45 - 18.00	Relaxace pohybem aneb jógou proti stresu	Marie Staňková
	18.15 - 19.15	Pilates – zdravé posilování (kurz A)	Míša Krupicová
	19.30 - 20.30	Pilates – zdravé posilování (kurz B)	Míša Krupicová
ÚTERÝ	9.00 - 10.00	Koťátka (2 – 3 roky)	Lenka Nováková
	10.15 - 11.15	Tygříci (2 – 3 roky)	Lenka Nováková
	11.30 - 12.30	Pulečci – miminka nelezoucí (2 – 6 měsíců)	Lenka Nováková
	14.00 - 15.00	Cvičení po porodu I.	Julie Jelínková
	16.30 - 17.30	Cvičení pro těhotné a po porodu III.	Julie Jelínková
	17.45 - 18.45	Aby záda nebolela I.	Julie Jelínková
	19.00 - 20.00	Cvičení pro aktivní ženy I.	Andrea Ondrůjová
STŘEDA	6.45 - 7.45	Ranní protažení, aby záda nebolela	Julie Jelínková
	8.00 - 12.00	Pasteláček	P. Zahradníková, L. Ptáčková
	10.15 - 11.15	Fit máma	Míša Krupicová
	15.15 - 16.15	Žížalky	Míša Krupicová
	16.30 - 17.30	Aby záda nebolela II.	Julie Jelínková
	17.45 - 18.45	Aby záda nebolela III.	Julie Jelínková
ČTVRTEK	8.00 - 12.00	Pasteláček	P. Zahradníková, L. Ptáčková
	14.00 - 16.00	Réva – klub seniorů	Ivona Horáčková
	17.00 - 18.30	Rozmarýnci	Kateřina Rybníčková
	17.00 - 19.00	Když zem dá hlínu I + II. - jednou za 14 dní	Olga Fryčová Hořavová
	19.00 - 20.00	Cvičení pro aktivní ženy II.	Andrea Ondrůjová
PÁTEK	8.00 - 12.00	Pasteláček	P. Zahradníková L. Ptáčková
	8.00 - 9.00	Pilates – zdravé posilování (kurz C)	Míša Krupicová
	Od 1. 9. 2025 RC Pastelka na nové adrese: Orlovna, Holzova 938/7, Brno - Líšeň!		