

ZIMNÍ ZKOUŠKOVÉ OBDOBÍ PROGRAM POHYBOVÝCH AKTIVIT pro studenty, zaměstnance i veřejnost v období 7.1. – 3.2.2019

Všechny nabízené aktivity jsou zpoplatněny dle Ceníku nájmu a tělovýchovných služeb (VČA) <http://www.cesa.vutbr.cz/pronajmy-sportovist>. V době zkuškového období je **upravená provozní doba** ve sportovních areálech VUT. Využijte také **možnosti sportování a tělovýchovných služeb** v zařízeních VUT formou **objednávky** sportovišť nebo **rezervací** v systému **on – line** dle aktuální nabídky na 2 týdny dopředu.

SA PPV – atletický stadion, in line dráha, badminton a tenis v hale jsou otevřeny:

17.12. – 21.12. 2018	pouze v době 13.00 – 20.00
27. a 28.12. 2018	pouze v době 14.00 – 18.00
2.1. – 6.1.2019	pouze v době 13.00 – 20.00
od 7.1. 2019	dle provozní doby 7.00 – 20.00

Bližší informace na recepci tel. **733 690 486**.

BOULDERING

PO	16.00 – 20.00	FCM BC	boulderingové lezení	VČA	ext.
ÚT	16.00 – 20.00	FCM BC	boulderingové lezení	VČA	ext.
ST	16.00 – 20.00	FCM BC	boulderingové lezení	VČA	ext.
ČT	16.00 – 20.00	FCM BC	boulderingové lezení	VČA	ext.
NE	16.00 – 20.00	FCM BC	boulderingové lezení	VČA	ext.

FYZIOPROGRAMY

ST	12.00 – 13.00	RC PPV	kondice	VČA	Vítová
	15.30 – 16.30	RC PPV	záda	VČA	Vítová

HEAT program

PO	16.00 – 17.00	FCM	on line rezervace	VČA	Lepková
----	---------------	-----	-------------------	-----	---------

INDOORCYCLING

ÚT	18.00 – 19.00	FCM	on line rezervace	VČA	Ondová
----	---------------	-----	-------------------	-----	--------

INDOOR ROWING

PO	18.00 – 19.00	FCM	on line rezervace	VČA	CESA
ÚT	18.00 – 19.00	FCM	on line rezervace	VČA	CESA
ST	18.00 – 19.00	FCM	on line rezervace	VČA	CESA

POSILOVNA (začínáme vždy v celou; cvičební doba 60 minut + 10 minut na docvičení)

PO	16.00 – 20.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA
ÚT	8.00 – 10.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA
	16.00 – 20.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA
ST	7.00 – 10.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA
	16.00 – 20.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA
ČT	8.00 – 10.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA
	16.00 – 20.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA
PÁ	7.00 – 10.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA
NE	16.00 – 19.00	FCM KP	kondiční posilování	VČA	CESA

POHYBOVÉ STUDIO SENIORŮ a SENIORSKÁ AKADEMIE

Výuka dle semestrálního rozvrhu PO – PÁ probíhá na F1 až od 7.1.201:

ST	9.00 – 10.00	F1
PÁ	9.00 – 10.00	F1

REDCORDY

cvičení dle nabídky [on line](#)

TRX

cvičení dle nabídky [on line](#)

Brno, 30.11.2018

Mgr. Václav Kotrbáček

Vedoucí sekce fakultativní TV CESA VUT

RNDr. Hana Lepková

ředitelka CESA