

Název činnosti	Věk od	Věk do	Termín konání	Popis	Místo konání
PONDĚLÍ					
TANEČNÍ ŠKOLIČKA PRO NEJMENŠÍ	3		PO 16:00-17:00	základy tance pro nejmenší	SVČ Fokus Nový Jičín
ŠMUDLA	3		PO 16:00-17:00	malování, vyrábění pro nejmenší děti	SVČ Fokus Nový Jičín
BALET	5		PO 17:00-18:00	baletní příprava, základy klasického i moderního tance	SVČ Fokus Nový Jičín
ROPE SKIPPING	6		PO 16:00-18:00	skákání přes švihadla, triky	ZŠ Šenov u NJ
TÝM AEROBICU A ZUMBY	6		PO 16:00-17:00	základy aerobiku a zumby	Zimní stadion
HOBBY HORSEING	6		PO 15:00-16:00	sportu	SVČ Fokus Nový Jičín
VÝTVARNÁ ŠKOLA 1.	6		PO 14:00-16:00	kreslení různými formami	SVČ Fokus Nový Jičín
AIKIDO	8		PO 16:00-18:00	harmonické a ladné bojové umění	SVČ Fokus Nový Jičín
FLAMENCO	12		PO 18:00-19:00	základy tance, ze kterého sálá španělské slunce a jižanský temperament.	SVČ Fokus Nový Jičín
AIKIDO DOSPĚLÍ	18		PO 18:00-19:30	harmonické a ladné bojové umění	SVČ Fokus Nový Jičín
CVIČENÍ BOSU	18		PO 18:00-19:00	cvičení pro komplexní zpevnění svalů celého těla	SVČ Fokus Nový Jičín
KRUHOVÉ TRÉNINKY	18		PO 18:00-19:00	fyzická kondice, správné držení těla	SVČ Fokus Nový Jičín
ÚTERÝ					
SPORTOVÁNÍ PRO NEJMENŠÍ	3		ÚT 17:00-18:00	sportování pro nejmenší děti	SVČ Fokus Nový Jičín
SPORTOVÁNÍ PRO NEJMENŠÍ	3		ÚT 16:00-17:00	sportování pro nejmenší děti	SVČ Fokus Nový Jičín
ROZMARÝNEK FOLKLÓRNÍ SOUBOR	3		ÚT 16:00-17:00	tradiční valašský tanec	SVČ Fokus Nový Jičín
ŠMUDLA - ÚTERÝ	3		ÚT 16:00-17:00	malování, vyrábění pro nejmenší děti	SVČ Fokus Nový Jičín
ATLETIKA HROU PRO NEJMENŠÍ	5		ÚT 15:30-16:30	sportování pro děti	Mendelovka
SPORTOVNÍ GYMNASTIKA 2	6		ÚT 17:00-18:00	koordináční a kondiční cvičení pro děti	ZŠ Tyršova

SPORTOVNÍ GYMNASTIKA 1	6		ÚT 16:00-17:00	koordinační a kondiční cvičení pro děti	ZŠ Tyršova
VÝTVARNÁ ŠKOLA 1.	6		ÚT 14:00-16:00	kreslení různými formami	SVČ Fokus Nový Jičín
KERAMIKA PRO DĚTI	6		ÚT 14:00-15:30	práce s hlinou, výroba výrobků z keramiky	SVČ Fokus Nový Jičín
CYKLISTIKA ZAČÁTEČNÍCI	7		ÚT 16:30-18:00	cyklistický kroužek	ZŠ Jubilejní 3
FLORBAL - ÚTERÝ	8		ÚT 16:00-17:30	základy florbalu	ZŠ Komenského 66
QI GONG - CVIČENÍ PRO ZDRAVÍ	10		ÚT 18:00-19:00	jednoduché a všestranné cvičení pro každého	SVČ Fokus Nový Jičín
POSILOVNA - ŽENY 1 x TÝDNĚ	18		ÚT 18:00-19:00	fyzická kondice, správné držení těla	SVČ Fokus Nový Jičín
STŘEDA					
SPORTOVÁNÍ PRO NEJMENŠÍ	3		ST 16:00-17:00	sportování pro nejmenší děti vyrábění z papíru, fima, rouna, korálků, přírodních materiálů, malování na látku,	SVČ Fokus Nový Jičín
MOZAIKA NÁPADŮ	6		ST 14:30-16:00	sklo, batikování a jiné techniky.	SVČ Fokus Nový Jičín
NERF MINI	6		ST 14:30-15:30	pistole na pěnové náboje a hra s ostatními bezpečnou a zábavnou formou	SVČ Fokus Nový Jičín

FREESTYLE BRUSLENÍ	8		ST 17:45-18:45	triky na in-line bruslích	SVČ Fokus Nový Jičín
DESKOVÉ HRY	8		ST 16:00-18:00	společenské hry pro všechny generace	SVČ Fokus Nový Jičín
NERF MLADŠÍ 2	9		ST 15:30-16:30	pistole na pěnové náboje a hra s ostatními bezpečnou a zábavnou formou	SVČ Fokus Nový Jičín
DŘEVÁRNÝ - LARP	10		ST 16:30-17:45	šerm měkčenými napodobeninami zbraní	ZŠ Dlouhá 56
STOLNÍ TENIS	10		ST 16:30-17:45	základy stolního tenisu, řízená hra kreslířské, malířské, grafické techniky, základy sochařské tvorby, točení na	SVČ Fokus Nový Jičín
MEZI NEBEM A ZEMÍ	12		ST 17:00-18:00	rituály, meditace, mandala, věštění z run, karet, bylinky	SVČ Fokus Nový Jičín
NERF STARŠÍ	12		ST 16:00-17:30	pistole na pěnové náboje a hra s ostatními bezpečnou a zábavnou formou	ZŠ Dlouhá 56
POSILOVNA - MLÁDEŽ	13		ST 14:30-16:00	fyzická kondice, správné držení těla	SVČ Fokus Nový Jičín
ABY ŽÁDA NEBOLELA	15		ST 17:00-18:00	uvolňovací, protahovací a posilovací cvičení	SVČ Fokus Nový Jičín

KRUHOVÝ TRÉNINK	18		ST 17:30-18:30	fyzická kondice, správné držení těla	SVČ Fokus Nový Jičín
ČTVRTEK					
FLORBAL BENJAMÍNCI	6		ČT 16:00-17:30	základy florbalu	ZŠ Dlouhá 56
SPORTOVÁNÍ OD A DO Z	6		ČT 15:45-16:45	různé druhy sportů na jednom místě	Nový Jičín
TÝM AEROBICU A ZUMBY	6		ČT 16:00-17:00	základy aerobiku a zumbly	Zimní stadion
FLORBAL	8		ČT 17:30-19:00	základy florbalu	ZŠ Komenského 66
PALIČKOVÁNÍ A TKANÍ	8		ČT 15:00-17:30	stará krajkářská technika v moderním ztvárnění	SVČ Fokus Nový Jičín
NERF MLADŠÍ 1	9		ČT 14:30-15:30	pistole na pěnové náboje a hra s ostatními bezpečnou a zábavnou formou	SVČ Fokus Nový Jičín
SPORTOVÁNÍ OD A DO Z	10		ČT 16:45-18:00	různé druhy sportů na jednom místě	SVČ Fokus Nový Jičín
POSILOVNA - MLÁDEŽ	13		ČT 14:30-16:00	fyzická kondice, správné držení těla	SVČ Fokus Nový Jičín
JÓGA MLÁDEŽ	15		ČT 17:00-18:00	cvičení vhodné pro všechny věkové kategorie	SVČ Fokus Nový Jičín
JÓGA	18		ČT 17:00-18:00	cvičení vhodné pro všechny věkové kategorie	SVČ Fokus Nový Jičín
KLUB PŘÁTEL KERAMIKY	18		ČT 14:00-18:00	práce s hlinou, výroba výrobků z keramiky	SVČ Fokus Nový Jičín
AIKIDO DOSPĚLÍ	18		ČT 18:00-19:30	harmonické a ladné bojové umění	SVČ Fokus Nový Jičín
PÁTEK					
ROPE SKIPPING	6		PÁ 16:00-18:00	skákání přes švihadla, triky	Gymnázium Nový Jičín
FLORBAL	8		PÁ 17:00-18:30	základy florbalu	ZŠ Komenského 66
MŮJ PRVNÍ PLYŠÁK	8		PÁ 15:00-18:00	tvoření z textilních a výtvarných materiálů	SVČ Fokus Nový Jičín
VYBÍJENÁ	9		PÁ 14:30-16:00	všechny druhy vybíjené	Mendelovka
KLUB PŘÁTEL KERAMIKY	18		PÁ 14:00-18:00	práce s hlinou, výroba výrobků z keramiky	SVČ Fokus Nový Jičín
CVIČENÍ PRO ZDRAVÍ	25		PÁ 16:00-17:00	cvičení vyrovnávací, uvolňovací, posilovací, protahovací a balanční	SVČ Fokus Nový Jičín

VOLNÉ SÁLY VE FOKUSU					
Pondělí	dopoledne		sály	dopoledne ateliéry, klubovna č. 15, tatami	
Úterý	dopo. i odpo		sály	dopoledne ateliéry, klubovna č. 15	
Středa	dopoledne		sály	dopoledne ateliéry, klubovna č. 15, tatami	
Čtvrtek	dopoledne		sály	dopoledne ateliéry, klubovna č. 15	
Pátek	dopoledne		sály	dopoledne ateliéry, klubovna č. 15, tatami	