



T.J. SOKOL DOLNÍ ŘEDICE

Rozpis cvičení a tréninků 2026 / 2027



Pondělí	9:00-10:00	baby cvíčo (6 měs. - 2(3) roky)
	16:00-17:00	PD (4 – 6 let), bez rodičů
	17:00-18:00	cvičení žen zdravotní
	18:00-19:00	florbal přípravka (r. 2018 + 2019) + elévové (r. 2016 + 2017)
	19:00-20:00	florbal ml. + st. žáci (r.2012 - 2015)
	20:00-21:30	badminton
Úterý	16:00-17:00	RD (2(3) - 4 roky)
	17:00-18:00	cvičení dívek 1.-3. třída
	18:00-19:00	cvičení dívek 4.-9. třída
	19:00-20:00	jóga
	20:00-21:30	cvičení dorost + muži (od 14 let)
Středa	16:00-17:00	florbal přípravka + elévové
	16:30-17:30	stolní tenis děti - začátečníci (herna)
	17:30-18:30	stolní tenis děti – pokročilí (herna)
	*17:00-18:00	<i>FK Horní Ředice</i>
	18:00-19:00	florbal ml. + st. žáci
Čtvrtek	16:00-17:30	lezení
	17:30-19:00	cvičení chlapců 1.-9. třída
	19:00-20:00	cvičení dorostenky a ženy (od 9. třídy)
	20:00-21:30	nohejbal
Pátek	*16:00-17:00	<i>SDH</i>
	17:00-18:00	florbal (skills - elévové + ml.+st. žáci)
	18:00-19:00	kondiční trénink (od 6. třídy)
	19:00-20:00	florbal junioři a dospělí (2011 a starší)
Neděle	17:00-19:00	nohejbal
	19:00-20:00	fotbálek dorost + dospělí (hřiště, tělocvična)

(*) = nejedná se o cvičení T.J., ale spřátelených spolků

Začínáme: Florbal od 7.9., pinec od 23.9., ostatní v týdnu od 28.9.

Cvičení a tréninky probíhají v tělocvičně, pokud není uvedeno jinak.

www.sokoldolniredice.estranky.cz
www.facebook.com/tjsokoldolniredice
www.instagram.com/tjsokoldr