

Halové sporty ASC UP

SPORTUJ.UPOL.CZ

UPOL Studenti, zaměstnanci 70 Kč/lekce; VEŘEJNOST 100 Kč/lekce - "AKADEMIK - základní kredit"

Rozvrh ASC UP platný od 18.9. - 15.12.2023 ZIMNÍ SEMESTR

Sportovní hala UP - SH 1-3 (velká plocha)

| | 13.00 - 14.00 | 14.00 - 15.00 | 15.00 - 18.00 | 18.00 - 19.00 | 19.00 - 20.00 | 20.00 - 21.00 | 21.00 - 22.00 | 22.00 - 23.00 |
|---------|---------------|---|--|---------------|--|--------------------------------------|--------------------------------------|---------------|
| Pondělí | | | 14.15 - 15.30 uzavřená skupina Vaculík L. | SK UP | | | 21.30 - 23.00 Volejbal Hnilica | |
| Úterý | | | 14.00 - 15.30 VŠ liga Florbal Sikmundová | SK UP | | | | |
| Středa | | 13.30 - 14.10 uzavřená skup. Vaculík L. | 14.15 - 15.30 uzavřená skup Vaculík L. | SK UP | 18.30 - 20.00 Volejbal pokr. Hnilica | SK UP | 21.30 - 23.00 Frisbee Luft | |
| Čtvrtek | | | 14.15 - 15.30 KURZ - Tenis II. mírně pokročilí Novotník | SK UP | | 20.00 - 21.30 Volejbal Hnilica | | |

Změna programu vyhrazena.

Aktualizováno: 27. 11. 2023

Rezervace jednotlivých lekcí: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://ascup.upol.cz) po přihlášení s nabitým kreditem (AKADEMIK - základní kredit)

<https://ascup.upol.cz/>

Upozornění: Tenis = KURZ - nejprve rezervovat, poté zaplatit (probíhá na tenis.kurtech Hynaisova, od 23.10.2023 ve Sportovní hale UP)

Rozvrh ASC UP platný od 18.9. - 15.12.2023 ZIMNÍ SEMESTR

Sportovní hala UP - SH 4 (malá plocha)

| | 13.00 - 14.00 | 14.00 - 15.00 | 15.00 - 16.00 | | 21.00 - 22.00 | 22.00 - 23.00 |
|---------|---------------|---|--|--|---|----------------------------------|
| Pondělí | | | 14.15 - 15.30 KURZ - Tenis II. mírně pokročilí Vaculík J. | | | |
| Úterý | | | | | | |
| Středa | | | | | | 21.30 - 23.00 Frisbee Luft |
| Čtvrtek | | 13.00 - 14.15 KURZ Tenis I. začátečníci Novotník | 14.15 - 15.30 Badminton Rohleder | | | |
| Pátek | | | | | 20.00 - 21.30 Volejbal - zaměst. (pokročilí) Hnilica | |

Změna programu vyhrazena.

Aktualizováno: 27. 11. 2023

Rezervace jednotlivých lekcí: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://ascup.upol.cz) po přihlášení s nabitým kreditem (AKADEMIK - základní kredit)

<https://ascup.upol.cz/>

Upozornění: Tenis = KURZ - nejprve rezervovat, poté zaplatit (probíhá na tenis.kurtech Hynaisova, od 23.10.2023 ve Sportovní hale UP)

Rozvrh ASC UP platný od 18.9. - 15.12.2023 ZIMNÍ SEMESTR

Externí - ostatní tělocvičny a plochy

| | 15.00 - 17.00 | 17.00 - 18.00 | 18.00 - 19.00 | 19.00 - 20.00 | 20.00 - 21.00 | 21.00 - 22.00 |
|---------|--|---------------------------------------|--|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------|
| Úterý | ABJJA, Zámečnická 492/2, tělocv. ve dvoře OD Koruna Cena: 90 Kč/lekce | 16.30 - 17.30 Jiu-jitsu Burdian | | | | |
| Středa | ABJJA, Zámečnická 492/2, tělocv. ve dvoře OD Koruna (vchod vlevo od ocelových schodů) Cena: 90 Kč/lekce | | | 19.00 - 20.00 Jiu-jitsu Burdian | 20.00 - 21.00 Jiu-jitsu Burdian | |
| Čtvrtek | Posilovna Akademik Fitness (budova Sportovní haly UP na Lazcích) | | 17.00 - 18.00 Kruhový trénink Sedlák | | | |
| | ABJJA, Zámečnická 492/2, tělocv. ve dvoře OD Koruna Cena: 90 Kč/lekce | 16.00 - 17.00 Jiu-jitsu Burdian | | 18.00 - 19.00 Lacros Unzeitig | 19.00 - 20.30 Basketbal Balaban | |

Změna programu vyhrazena.

Aktualizováno: 27. 11. 2023

Rezervace jednotlivých lekcí: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://ascup.upol.cz) po přihlášení s kreditem (AKADEMIK - základní kredit)

<https://ascup.upol.cz/>