

DĚTI – pravidelné aktivity pro školní rok 2024/2025

	ČAS	NÁZEV	KATEGORIE	LEKTOR	CENA	NÁPLŇ
PONDĚLÍ	11.45–16.30	Mozaikový klub	1. stupeň ZŠ	Magda Šimková, Mgr. Vítězslav Lasota, Andrea Dorníková, Bc. Lenka Hrbáčová	4 000 Kč / pololetí	Mnoho aktivit všeho druhu – sportovní a kreativní činnost, deskové hry, pobyt na zahradě, tematické workshopy. Zajišťujeme převod dětí ze ZŠ Klimkovice do MOZAIKY.
	13.00–14.00	Gymnastika pro děti z MŠ 2	od 4 let	Lucie Jelínek	1 950 Kč / pololetí + 450 Kč převod z MŠ	Všestranný pohyb s prvky gymnastiky a vedení dětí k lásce k pohybu.
	14.15–15.15	Gymnastika pro školáky 1	6–9 let	Lucie Jelínek	1 950 Kč / pololetí	Všestranný pohyb s prvky gymnastiky a vedení dětí k lásce k pohybu.
	16.15–17.15	Taneční kroužek	3–5 let	Ela Kohutková Mgr. Renata Ottová	1 800 Kč / pololetí	Taneční a pohybová průprava hravou formou.
	17.30–18.30	Dance dreams	9–11 let	Ela Kohutková Nikola Hrbáčová	1 800 Kč / pololetí	Taneční choreografie, pohybové hry. Vždy se zábavou a úsměvem.
ÚTERÝ	9.00–11.30	Herna RC Želvička	do 5 let s rodiči		50 Kč / rodina	Herna je příjemným místem pro setkávání rodin s malými dětmi. Je plně vybavena pro pohodu dětí i jejich doprovodu. Přijďte kdykoliv v době provozu – není potřeba rezervace.
	11.45–16.30	Mozaikový klub	1. stupeň ZŠ			Bližší informace v pondělním rozvrhu.
	15.00–16.00	Gymnastika pro školáky 2	6–8 let	Aneta Kasingová	1 950 Kč / pololetí	Všestranný pohyb s prvky gymnastiky a vedení dětí k lásce k pohybu.
	15.15–17.45	Průzkumník	od 9 let	Mgr. V. Lasota	2 500 Kč / pololetí	Výpravy do přírody, akční hry...
	16.00–18.00	Herna RC Želvička	do 5 let s rodiči		50 Kč / rodina	Popis viz úterý 9.00 hod.
	16.15–17.15	Gymnastika pro děti MŠ 2	od 4 let	Aneta Kasingová	1 950 Kč / pololetí	Všestranný pohyb s prvky gymnastiky a vedení dětí k lásce k pohybu.
	17.00–18.00	Parkour 1 2x týdně	6–9 let začátečníci	D. Sumara, ADD lead tel.: 737 407 641	3 650 Kč / pololetí	Rozvoj síly, vytrvalosti, rovnováhy, kreativity, přesnosti, prostorové orientace a bezpečnosti.
	17.30–18.30	Gymnastika pro školáky 3	8–11 let	Aneta Kasingová	1 950 Kč / pololetí	Všestranný pohyb s prvky gymnastiky a vedení dětí k lásce k pohybu.
	18.00–19.00	Parkour 2 2x týdně	od 10 let pokročilí	D. Sumara, ADD lead tel.: 737 407 641	3 650 Kč / pololetí	Rozvoj síly, vytrvalosti, rovnováhy, kreativity, přesnosti, prostorové orientace a bezpečnosti.
18.00–19.30	Šachový kroužek	od 9 let	Mgr. V. Lasota	2 000 Kč / pololetí		
STŘEDA	8.45–9.30	Kořata chodící – 1,5 roku	Cvičení dětí s rodiči	Bc. Renata Návrátová	2 200 Kč / 15 lekcí	Veselé cvičení s říkankami a písničkami zaměřené na rozvoj motorických dovedností dětí. Hudební část a pobyt v herně RC Želvička.
	9.45–10.30	Tygříci 1,5–2,5 roku	Cvičení s rodiči	Bc. Renata Návrátová	2 200 Kč / 15 lekcí	Cvičení dětí s rodiči. Viz popis Kořata.
	10.45–11.30	Dráčci 2,5–3,5 roku	Cvičení s rodiči	Bc. Renata Návrátová	2 200 Kč / 15 lekcí	Cvičení dětí s rodiči. Viz popis Kořata.
	11.45–16.30	Mozaikový klub	1. stupeň ZŠ			Bližší informace v pondělním rozvrhu.
	14.30–15.15	Angličtina hravě 2	6–7 let	Mgr. Lucie Bzonková	2 600 Kč / 15 lekcí	Pro nejmenší – výuka formou hry.
	16.00–17.00	Jóga pro děti	5–7 let	Vendula Bíková	1 800 Kč / pololetí	Jóga hravou a zábavnou formou. Cvičení, opičí dráha i relaxace.
	16.15–17.00	Angličtina hravě pro nejmenší	3–6 let	Mgr. Lucie Bzonková	2 600 Kč / 15 lekcí	Výuka angličtiny hravou formou.
	17.15–18.00	Angličtina hravě pro nejmenší	3–6 let	Mgr. Lucie Bzonková	2 600 Kč / 15 lekcí	Výuka angličtiny hravou formou.
	17.15–18.15	Jóga pro děti	8–10 let	Vendula Bíková	1 800 Kč / pololetí	Jóga hravou a zábavnou formou. Cvičení, opičí dráha i relaxace.
16.15–17.15	Ateliér BARVIČKA	od 4 do 7 let	Bc. Lenka Hrbáčová Vladka Hradská	1 700 Kč / pololetí	Hravě výtvarné tvoření.	
ČTVRTEK	9.00–11.30	Herna RC Želvička	do 5 let s rodiči		50 Kč / rodina	Popis viz úterý 9.00 hod.
	11.45–16.30	Mozaikový klub	1. stupeň ZŠ			Bližší informace v pondělním rozvrhu.
	15.00–16.30	Kuchařík – začátečníci	1. stupeň ZŠ	Andrea Dorníková, Mgr. Tereza Horáková	2 500 Kč / pololetí	Příprava jednoduchých jídel zábavnou formou, stolování, etiketa.
	15.15–17.15	Pokémon Fun klub	od 8 let	Mgr. V. Lasota	2 200 Kč / pololetí	Rozvoj v angličtině, logice, matematice, kombinatorice.
	15.30–16.30	Parkour 1 a 2	2x týdně	D. Sumara, M. Přeček	3 650 Kč / pololetí	Venkovní trénink. Sraz u Mozaiky.
	17.00–18.30	Kuchařík – pokročilí	1. stupeň ZŠ	Andrea Dorníková, Mgr. Tereza Horáková	2 500 Kč / pololetí	Příprava jednoduchých jídel zábavnou formou, stolování, etiketa.
	17.30–18.30	Florbal	od 9 let	Mgr. V. Lasota	1 700 Kč / pololetí	Posilování, technika, florb. hry, zápasy 3v3.
PÁTEK	8.45–9.30	Medvíďata 1,5–2,5 roku	Cvičení dětí s rodiči	Mgr. Lucie Bzonková	2 200 Kč / 15 lekcí	Cvičení dětí s rodiči. Viz popis Kořata.
	11.45–16.30	Mozaikový klub	1. stupeň ZŠ			Bližší informace v pondělním rozvrhu.
	16.00–18.30	Keramika viz program	děti i dospělí do 8 let s doprovodem	1 400 Kč / 6 lekcí 1 100 Kč / 6 lekcí / dítě	Mgr. Š. Thanheiserová	Práce s keramickou hlinou, základní techniky práce s ní i volná tvorba.

DOSPĚLÍ, MLÁDEŽ a SENIOŘI – pravidelné aktivity pro školní rok 2024/2025

	ČAS	NÁZEV	KATEGORIE	CENA	LEKTOR	NÁPLŇ
PONDĚLÍ	9.45–10.45	FLEXI-BARY mírně pokročilí	senioři	50 Kč / lekce permanentka 220 Kč / 5 lekcí	Mgr. Tereza Horáková	Cvičení s originální kmitací tyčí – posílení všech partií těla.
	11.00–12.00	FLEXI-BARY začátečníci	senioři a ženy po porodu	50 Kč / lekce permanentka 220 Kč / 5 lekcí	Mgr. Tereza Horáková	Cvičení s originální kmitací tyčí – posílení všech partií těla.
	15.00–16.30	Klub aktivních seniorů	senioři	zdarma	Bc. Renata Návrátová	Pravidelná setkávání seniorů dle programu. Přijďte strávit příjemný čas s vrstevníky.
	16.45–17.45	Zdravotní cvičení TJ Sokol	starší ženy	20 Kč / lekce	Pavla Navrátilová Dagmar Neuvirtová	Zdravotní protahovací cvičení a cvičení Čchi-Kung. Navozuje přirozenou aktivitu vašich orgánů a radost ze života.
	18.00–19.15	Jóga Flow s Editou (na rezervaci)	dospělí, mládež	130 Kč / lekce 1 100 Kč / 10 lekcí	Ing. Edita Ujfaluši tel.: 605 333 145	Plynutí jógových ásán v souznění s dechem. Zaměřeno na fyzickou sílu i flexibilitu a psychickou relaxaci. Přijďte se napojit.
	18.45–19.45	Pilates	dospělí	140 Kč / lekce	Ing. Tereza Plečáková	Rezervace: vesnice-v-pohybu.reservio.com. Pilates posiluje, co je na těle ochablé a protahuje, co je zkrácené. Napomáhá k aktivaci středu těla.
ÚTERÝ	9.00–10.00	Zdravotní cvičení pro seniory 1	senioři	50 Kč / lekce	Mgr. Ilona Žáková fyzioterapeutka	Jednoduchá cvičení zaměřená na regeneraci pohybového aparátu a nácvik správných zdravých stereotypů. Cvičení pro radost z pohybu je určeno pro každého.
	18.45–19.45	Kruhový trénink	dospělí	140 Kč / lekce	Ing. Tereza Plečáková	Zpevnění těla, spalování tuků. Rezervace: vesnice-v-pohybu.reservio.com.
STŘEDA	8.45–9.30	Kočata chodící – 1,5 roku	Cvičení dětí s rodiči	2 200 Kč / 15 lekcí	Bc. Renata Návrátová	Veselé cvičení s říkankami a písničkami zaměřené na rozvoj motorických dovedností dětí. Hudební část a pobyt v herně RC Želvička.
	9.45–10.30	Tygříci 1,5 až 2,5 roku	Cvičení dětí s rodiči	2 200 Kč / 15 lekcí	Bc. Renata Návrátová	Veselé cvičení s říkankami a písničkami zaměřené na rozvoj motorických dovedností dětí. Hudební část a pobyt v herně RC Želvička.
	10.45–11.30	Dráčci 2,5 až 3,5 roku	Cvičení dětí s rodiči	2 200 Kč / 15 lekcí	Bc. Renata Návrátová	Veselé cvičení s říkankami a písničkami zaměřené na rozvoj motorických dovedností dětí. Hudební část a pobyt v herně RC Želvička.
	14.30–15.30	Zdravotní cvičení pro seniory 2	senioři, dospělí	50 Kč / lekce	Věra Strakošová	Posilovací i protahovací cvičení s pomůckami i bez nich, nenamáhá klouby ani páteř, u cvičení se nehopsá.
	18.00–19.15	Jóga Flow s Editou (na rezervaci)	dospělí, mládež	130 Kč / lekce 1 100 Kč / 10 lekcí	Ing. Edita Ujfaluši tel.: 605 333 145	Plynutí jógových ásán v souznění s dechem. Zaměřeno na fyzickou sílu i flexibilitu a psychickou relaxaci. Přijďte se napojit.
	18.30–19.30	Irské tance	pokročilí	1 500 Kč / pololetí	Jana Thompsonová	Základní kroky, jednoduché tance až společná choreografie.
ČTVRTEK	8.45–9.45	Zdravotní cvičení pro seniory 3	senioři, dospělí	50 Kč / lekce	Věra Strakošová	Posilovací i protahovací cvičení s pomůckami i bez nich, nenamáhá klouby ani páteř, u cvičení se nehopsá.
	10.00–12.00	Jóga	dospělí		Martina Galischková	Uzavřená skupina.
	18.45–20.00	Problémové partie	dospělí	100 Kč / lekce 800 Kč / 10 lekcí	I. Žáková, fyzioterapeutka tel.: 776 555 254	Formování postavy, posilování oslabených partií. Obličejová gymnastika.
	18.45–19.45	Djembování s Mischel	dospělí	2 400 Kč / 10 lekcí	Mgr. Michaela Krysková	Společné bubnování na djembe.
	18.45–20.15	Svobodný tanec	ženy i muži	200 Kč / 90 minut	Jana Vítovská, Martin Sulír	Tančete, jak vás srdce vede. Taneční zkušenosti nejsou potřeba.
PÁTEK	9.00–9.45	Medvíďata 1,5–2,5 roku	Cvičení dětí s rodiči	2 200 Kč / 15 lekcí	Mgr. Lucie Bzonková	Veselé cvičení s říkankami a písničkami zaměřené na rozvoj motorických dovedností dětí. Hudební část a pobyt v herně RC Želvička.
	16.00–18.30	Keramika viz program	děti i dospělí do 8 let s doprovodem	1 400 Kč / 6 lekcí 1 100 Kč / 6 lekcí / dítě	Mgr. Š. Thanheiserová	Práce s keramickou hlinou, základní techniky práce s ní i volná tvorba.
	17.45–19.15	Latino GANG			Lucie Vališová	Uzavřená skupina.