Mateřské centrum Hvězdička
Přehled kroužků a kurzů pro děti i dospělé 2016/2017

	Kroužek	Kontakt	Den a čas a místo konání			Cena
Cvičení a pohyb	**Cvičení dětí s rodiči** **- ve věku od 1 roku do 4 let** - děti jsou rozděleny do jednotlivých skupin podle věku	Lektorka: Martina Götzová e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Pondělí Úterý Čtvrtek Pátek	9,00-12,00 hod. 9,00-12,00 hod. 10,45-11,45 hod. 9,00-12,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	900,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 50 minut - 1 lekce / 60,-- Kč
	Cvičení miminek **od 3 měsíců do 1 roku**	Kontakt: Petra Kyselková e-mail: kyselkovapetra@seznam.cz telefon: 777 572 342	Středa	8,30-12,15 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	900,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 30 až 45 minut - 1 lekce / 60,-- Kč
	Atletika **pro děti od 5 do 7 let**	Lektorka: Jana Kahounová e-mail: jana.kahounova@seznam.cz telefon: 603 594 740	Středa	16,00-17,00 hod. 17,00-18,00 hod.	Tělocvična ZŠ Jiráskova, BN	Cena za kurz dle počtu lekcí 1 lekce / 60,-- Kč
	Minisportovky **pro děti od 3 do 7 let**	Lektorka: Martina Götzová e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Pondělí Čtvrtek	14,00-16,00 hod. 15,15-17,15 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	900,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 50 minut - 1 lekce / 60,-- Kč
	Okinawské karate stylu Shorin – ryu **pro děti a dospělé 6 - 99 let** **- tréninky 2x týdně**	Lektoři: Martin Křáp a Eva Pallová e-mail: martinkrap@seznam.cz telefon: 774 306 007 Pallová, 774 306 007 Křáp	Pondělí a středa	18,00-19,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	800,--Kč / za 2 měsíce / za osobu (sleva 1200,- Kč / za 2 měsíce dva rodinní příslušníci)
	Bojové hry **pro děti od 5 do 15 let**	Lektoři: Martin Křáp a Eva Pallová e-mail: martinkrap@seznam.cz telefon: 774 306 007 Pallová, 774 306 007 Křáp	Středa	16,00-17,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	500,--Kč / za 2 měsíce / za osobu (sleva 800,- Kč / za 2 měsíce sourozenci)
	Minigymnastika **pro děti od 3 do 6 let**	Lektorka: Jitka Stibůrková e-mail: stiburcata@seznam.cz telefon: 739 038 631	Čtvrtek	13,00-14,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 70,-- Kč
	Tanečky s Jitkou **pro děti od 3 do 6 let**	Lektorka: Jitka Říhová e-mail: rihovajita@gmail.com telefon: 734 796 239	Středa	15,00-16,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,--Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 70,-- Kč
	Jóga pro děti **pro děti od 6 do 13 let**	Lektorka: Markéta Blechová e-mail: marketa.blechova@seznam.cz telefon: 606 050 092	Pondělí	16,00-17,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,--Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 70,-- Kč
	Bodystyling s možností hlídání dětí **pro dospělé**	Lektorka: Michaela Priknerová (Pávová) e-mail: michaela.pavova@gmail.com telefon: 724 975 427	Pondělí	8,00 - 9,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	60,--Kč za lekci 30,--Kč za hlídání dětí
	Taoistické tai chi **pro dospělé začátečníky**	Lektorka: Květa Duchková e-mail: vpp@taoist.cz telefon: 728 172 700	Čtvrtek	17,30-19,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1000,-- Kč / za 4 měsíce

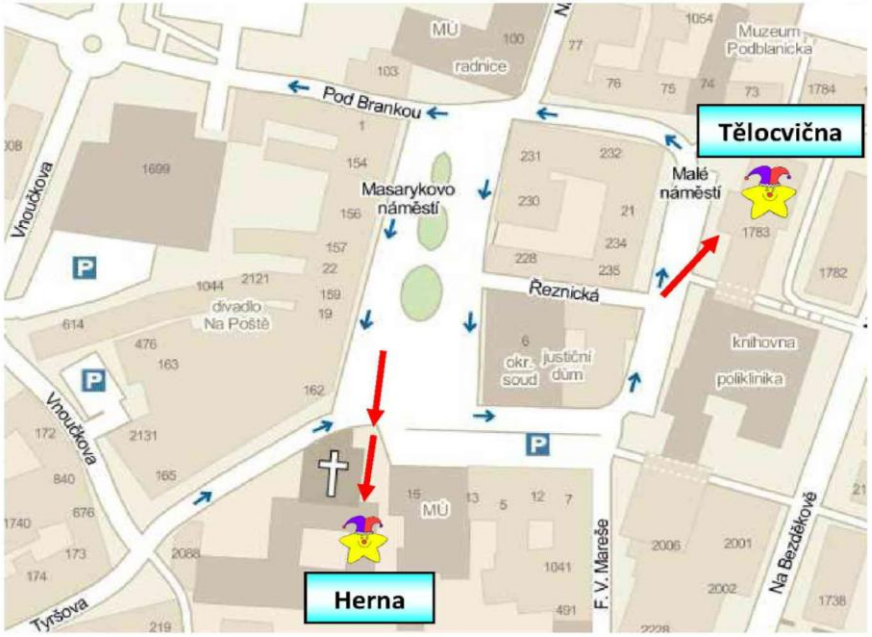
	Zdravotní cvičení **pro dospělé** **- cviky zaměřené na bolesti krční a bederní páteře**	Lektorka: Václava Kubánková e-mail: vaclava.kubankova@volny.cz telefon: 731 003 785	Čtvrtek	19,00-20,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	70,--Kč za lekci (možnost perm. 770,- Kč/za 3 měsíce)
	Cvičení pro rovná a zdravá záda **pro děti od 10 let s rodiči a dospělé**	Lektorka: Zachrlová Ivana e-mail: i.zachrlova@seznam.cz telefon: 728 682 586	Úterý	16,30-17,30 hod. 17,30-18,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	70,--Kč za lekci kurzovné za 3 měsíce **(cvičení podle metody Dr. Smíška)**
	Loona dance - Tanec srdcem **prožitkový tanec pro ženy všech věkových kategorií**	Lektorka: Hana Hanzalová e-mail: haha.kouc@seznam.cz telefon: 602 205 223, 602 564 785	Středa	19,30-21,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	180,--Kč za lekci (1 lekce / 1,5 hod.) (kurzovné 160,- Kč / 1. lekce)
	Tanec s dětmi na těle	Lektorka: Markéta Blechová e-mail: marketa.blechova@seznam.cz telefon: 606 050 092	Úterý	15,30-16,15 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	840,--Kč / kurz (kurz / 14 + 1 lekce zdarma) jednotlivé vstupné 90,- -Kč
	Cvičení s kočárky	Lektorka: Markéta Blechová e-mail: marketa.blechova@seznam.cz telefon: 606 050 092	Středa	15,00-16,00 hod.	Konopiště, Sladovka BN	80,--Kč / jednotlivé lekce kurzovné 600,- Kč / 10. lekcí
	Power jóga **pro děti od 15 let a dospělé**	Lektorka: Markéta Blechová e-mail: marketa.blechova@seznam.cz telefon: 606 050 092	Pondělí Úterý	17,00-18,00 hod. 18,30-19,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	90,--Kč za lekci kurzovné za 3 měsíce (12 + 1 lekce zdarma)
	Jóga **pro dospělé**	Lektorka: Hana Zákostelná e-mail: zakostelnahana@seznam.cz telefon: 728 614 316	Pondělí	18,00 – 19,15 hod.	Herna MC Hvězdička	80,--Kč za lekci (kurzovné 20. lekcí)
	Cvičení pro těhotné	Lektorka: Petra Kyselková e-mail: kyselkovapetra@seznam.cz telefon: 777 572 342	Neděle	19,00 – 20,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	90,-- Kč za lekci - permanentka 5. lekcí (1. lekce / 85,-Kč) - permanentka 10. lekcí (1. lekce / 90,- Kč)
Vzdělávací	**Předporodní kurzy pro těhotné**	Lektorky: Mgr. Iva Sedláčková Dis. Petra Doubravová e-mail: markova.ivca@seznam.cz telefon: 777 841 402	Sobota	14,30 - 17,00 hod.	Herna MC Hvězdička	600,--Kč za kurz (kurz 2. lekce po 2,5 hodinách) 800,--Kč za kurz s doprovodem
	Logopedická prevence **Rozvaž svůj jazýček** **pro děti od 3 - 7 let**	Lektorka: Lucie Dušková e-mail: luciesva@seznam.cz telefon: 731 208 634	Pondělí Pondělí Středa	15,15-16,00 hod. 13,30-15,00 hod. 16,00-17,00 hod. 13,30-18,00 hod.	Herna MC Hvězdička Herna MC Hvězdička	1.000,-- Kč /15 lekcí - skupinové lekce 200,-- Kč / 1 lekce - individuální lekce (1 lekce / 20 min)
	Školička s Hvězdičkou **pro děti od 2,5 – 5 let**	Lektorka: Blanka Škorpová e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930	Pondělí Pátek	8,00-12,15 hod.	Herna MC Hvězdička	250,--Kč / 1 návštěva - hlídání dětí se školkovým programem

	Grafomotorika **vhodné pro předškoláky**	Lektorka: Miroslava Kheková e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Pondělí	16,45-17,45 hod.	Herna MC Hvězdička	820,-- Kč / 10 lekcí
	Konstelace **pro dospělé**	Lektorka: Jitka Říhová e-mail: rihovajita@gmail.com telefon: 734 796 239	Pátek 1x za měsíc	18,00-21,00 hod.	Herna MC Hvězdička	250,-- Kč / 1 večer - v páru nebo s kamarádkou (200,-- Kč za osobu)
	Meditace **pro dospělé**	Lektorka: Jitka Říhová e-mail: rihovajita@gmail.com telefon: 734 796 239	Úterý	19,30-20,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	100,--Kč za lekci
Jazykové kurzy	**Angličtina pro dospělé** **s možností hlídání dětí**	Lektorky z jazykové školy e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930	Středa Čtvrtek	8,15-9,15 hod. 8,30-9,30 hod. 8,30-9,30 hod.	Herna MC Hvězdička	od 7 studentů 77,-Kč/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší.
	Španělština pro dospělé	Lektorka: Jana Urbanová e-mail: jaholec@centrum.cz telefon: 732 135 194	Čtvrtek	17,00-18,00 hod. 18,00-19,00 hod. 19,00-20,00 hod..	Herna MC Hvězdička	1.500,-- Kč /15 lekcí (od 7 studentů 100,-/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší)
	Francouzština pro dospělé	Lektorka: Zuzana Tyrnerová e-mail: ztyrnerova@seznam.cz telefon: 603 905 225	Středa	18,00-19,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1.500,-- Kč /15 lekcí (od 7 studentů 100,-/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší)
	Němčina pro dospělé	Lektorka: Zuzana Tyrnerová e-mail: ztyrnerova@seznam.cz telefon: 603 905 225	Úterý	17,00-18,00 hod. 18,00-19,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1.500,-- Kč /15 lekcí (od 7 studentů 100,-/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší)
Divadelní a hudební kurzy	**Hraní s písničkou** **pro děti od 3 - 6 let**	Lektorka: Mgr. Milena Iblová e-mail: milena.iblova@seznam.cz telefon: 724 929 504	Sobota	9,30 -10,15 hod.	Herna MC Hvězdička	600,-- Kč / 10 lekcí - 1 lekce / 60,-- Kč
	Yamaha – hudební kroužek **pro děti od 6 měsíců – 3,5 let**	Lektorka: Zuzana Nyklová e-mail: zpivankyprodeti@seznam.cz telefon: 775 317 005	Čtvrtek	9,00 - 9,45 hod. 9,50 -10,35 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1680,-- Kč / 16 lekcí
	Hra na flétnu **pro děti od 4-12 let s rodiči**	Lektorka: Jana Šeborová e-mail: jeane.ni@seznam.cz telefon: 739 051 711	Úterý Pátek	13,30-14,30 hod. 14,30-15,30 hod. 13,30-14,30 hod. 14,30-15,30 hod. 15,30-16,30 hod. 16,30-17,30 hod.	Herna MC Hvězdička	1.250,-- Kč /15 lekcí
	Hrajeme si na divadlo **pro děti od 3 - 13 let**	Lektorka: Iva Sadílková e-mail: iva.sadilkova@gmail.com telefon: 602 887 959	Úterý	15,45 – 16,45 hod.	Herna MC Hvězdička	900,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 60,-- Kč
Výtvarné	**Keramické dílny pro dospělé**	Lektorka: Anna Strnadová e-mail: strnadi@email.cz, 737 319 150	Pondělí	19,30-22,00 hod.	Herna MC Hvězdička	250,-- nebo 350,--Kč / za večer
	Keramika pro děti **ve věku od 3 – 8 let**	Lektorka: Anna Strnadová e-mail: strnadi@email.cz, telefon: 737 319 150	Čtvrtek	14,00-14,45 hod.	Herna MC Hvězdička	650,-- Kč / 10 lekcí

Na kroužky a kurzy se můžete hlásit během celého roku!!!

Herna je pro vás volně otevřena mimo svátky a prázdniny od poloviny září do poloviny června:

Herna v MC Hvězdička Vhodná pro děti od miminek až po předškoláky, ale můžete vzít na pohrání i staršího sourozence.	**ÚTERÝ**	**9,30 – 11,30 hod.**	**Volný program na herně**	**Přijďte si k nám pohrát.** Vstupné 40,-- Kč za rodinu.
	STŘEDA	**9,30 – 11,30 hod.**	**V rámci herny výtvarné tvoření**	
	ČTVRTEK	**9,30 – 11,30 hod.**	**Volný program na herně**	
		15,00 – 17,00 hod.		

Tento přehled a další informace o připravovaných akcích získáte na našich webových stránkách
www.hvezdicka.info
Informace vám rádi poskytneme na těchto kontaktech:
hvezdicka@hvezdicka.info
731 197 930 Blanka Škorpová
739 636 981 Martina Götzová

Mateřské centrum Hvězdička má dvoje prostory: HERNU A TĚLOCVIČNU:
HERNA Mateřského centra Hvězdička sídlí v budově Piaristické koleje, Masarykovo náměstí 1, Benešov. Vchod je hned vedle kostela Sv. Anny naproti České spořitelně.
TĚLOCVIČNA Mateřského centra Hvězdička sídlí v budově restaurace Zelený strom, Malé náměstí 1783, Benešov. Budova je vedle polikliniky.