



Mateřské centrum Hvězdička

Přehled kroužků a kurzů pro děti i dospělé 2017/2018



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	9,00-12,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	900,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 50 minut (1 lekce / 60,-- Kč)
			Úterý	9,00-12,00 hod.		
			Pátek	9,00-12,00 hod.		
	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	975,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 30 až 45 minut (1 lekce / 65,-- 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.	Tělocvična ZŠ Jiráskova, BN	Cena za kurz dle počtu lekcí (1 lekce / 60,-- Kč)
				17,00-18,00 hod.		
	Minisportovky pro děti od 3 do 5 let	Lektorka: Martina Götzová e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Úterý	14,30-16,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	900,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 50 minut (1 lekce / 60,-- Kč)
			Čtvrtek	15,00-17,00 hod.		
	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 774 306 007 Pallová, 777 306 002 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 774 306 007 Pallová, 777 306 002 Křáp	Středa	17,00-18,00 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	Úterý	13,00-14,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 70,-- Kč)
	Zdravotní pilates pro dospělé	Lektorka: Václava Kubánková e-mail: vaclava.kubankova@volny.cz telefon: 731 003 785	Neděle	19,30-20,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	70,--Kč za lekci (permanentka 700,- / 10 lekcí)
Jóga pro děti pro děti od 3 do 6 let pro děti od 6 do 14 let	Lektorka: Markéta Blechová e-mail: marketa.blechova@seznam.cz telefon: 606 050 092	Pondělí	15,30-16,15 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,--Kč / 15 lekcí (1 lekce / 70,-- Kč)	
			16,15-17,00 hod.			
Tanečky pro děti od 3 do 6 let	Lektorka: Jana Benešová e-mail: j.kamenikova@seznam.cz telefon: 603 282 230	Středa	16,00-17,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	700,--Kč / 10 lekcí (1 lekce / 70,-- Kč)	
Roztleskávačky pro děti od 4 do 10 let	Lektorka: Václava Kubánková e-mail: vaclava.kubankova@volny.cz telefon: 731 003 785	Pondělí	14,30-15,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,--Kč / 15 lekcí (1 lekce / 70,-- Kč)	
Ladies latina pro začátečníky i pokročilé	Lektorka: Michaela Priknerová (Pávová) e-mail: michaela.pavova@gmail.com telefon: 724 975 427	Neděle	20,30-21,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1400,- Kč / 10 lekcí	

	Kruhový trénink pro dospělé	Lektorka: Lucie Adámková e-mail: adamkova.lu@seznam.cz telefon: 724 855 995	Pondělí	19,30-20,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	800,- Kč / 11 lekcí kurzovné (10 + 1 lekce zdarma) (80,--Kč za lekci)
			Pátek	8,00 – 9,00 hod.		
	TRX pro dospělé	Lektorka: Lucie Adámková e-mail: adamkova.lu@seznam.cz telefon: 724 855 995	Neděle	17,30-18,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	900,- Kč / 11 lekcí kurzovné (10 + 1 lekce zdarma) (90,--Kč za lekci)
				18,30-19,30 hod.		
	Taoistické tai chi pro dospělé	Lektorka: Květa Duchková e-mail: vpp@taoist.cz telefon: 728 172 700	Čtvrtek	17,00-18,30 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	Úterý	19,30-20,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	70,--Kč za lekci (možnost perm. 700,- Kč/10 lekcí)
			Čtvrtek	19,00-20,00 hod.		
	Cvičení pro rovná a zdravá záda pro dospělé a starší děti	Lektorka: Ivana Zachrlová e-mail: i.zachrlova@seznam.cz telefon: 728 682 586	Úterý	16,30-17,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	80,--Kč za lekci kurzovné za 3 měsíce (cvičení podle metody Dr. Smiška)
				17,30-18,30 hod.		
	Loona dance - Tanec srdcem prožitkový tanec pro ženy všech věkových kategorií	Lektorka: Hana Hanzalová e-mail: haha.kouc@seznam.cz telefon: 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)
Zdravotní cvičení od senior fitness pro dospělé bez omezení věku	Lektorka: Dana Drmelová e-mail:dana.drmelova@seznam.cz telefon: 603 213 124	Středa	14,00-15,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	50,--Kč za lekci	
Power jóga pro děti od 15 let a dospělé	Lektorka: Markéta Blechová e-mail: marketa.blechova@seznam.cz telefon: 606 050 092	Pondělí	17,00-18,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1170,- Kč / 16 lekcí kurzovné (13 + 3 lekce zdarma) (90,--Kč za lekci)	
		Úterý	18,30-19,30 hod.			
Jóga pro zdravá záda a večerní jemná jóga	Lektorka: Markéta Blechová e-mail: marketa.blechova@seznam.cz telefon: 606 050 092	Čtvrtek	20,00 – 21,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1170,- Kč / 16 lekcí kurzovné (13 + 3 lekce zdarma) (90,--Kč za lekci)	
Jóga pro dospělé	Lektorka: Hana Zákostelná e-mail: zakostelnahana@seznam.cz telefon: 728 614 316	Pondělí	17,50 – 19,15 hod.	Herna MC Hvězdička	1600,- Kč / 20 lekcí (80,--Kč za lekci)	
Pilates pro těhotné a po porodu	Lektorka: Jana Benešová e-mail:j.kamenikova@seznam.cz telefon: 603 282 230	Čtvrtek	13,00-14,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	100,- Kč za lekci	
Vzděl.	Předporodní kurzy pro těhotné	Lektorky: Mgr. Iva Sedláčková Dis. Petra Doubravová e-mail: markova.ivca@seznam.cz telefon: 777 841 402	Sobota	15,00 - 17,30 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	15,15-16,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1.000,-- Kč /15 lekcí - skupinové lekce
			Pondělí	13,30-15,00 hod. 16,00-16,30 hod.	Herna MC Hvězdička	200,-- Kč / 1 lekce - individuální lekce (1 lekce / 20 min)
			Čtvrtek	13,30-17,00 hod.		
	Školička s Hvězdičkou pro děti od 2,5 do 4 let	Lektorka: Blanka Škorpová e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930	Pondělí	8,00-12,15 hod.	Herna MC Hvězdička	250,--Kč / 1 návštěva - hlídání dětí se školkovým programem
			Pátek			
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	
Hokus pokus LaMamka pro děti od 4 do 6 let	Lektorka: Lenka Macke e-mail: info@lamamka.cz telefon: 724 342 908, 603 420 607	Středa	16,00-17,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1190,- -Kč/ 14 lekcí (1 lekce 85,- Kč)	
Divadelní a hudební	Hraní s písničkou pro děti od 3 - 6 let	Lektorka: Mgr. Milena Iblová e-mail: milena.iblova@seznam.cz telefon: 724 929 504	Středa	17,00 -17,45 hod.	Herna MC Hvězdička	600,-- Kč / 10 lekcí (1 lekce / 60,-- Kč)
	Zpívánky pro děti pro děti od 1 do 4 let	Lektorka: Zuzana Nyklová e-mail: zpivankyprodeti@seznam.cz telefon: 775 317 005	Čtvrtek	8,50 - 9,25 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1680,-- Kč / 16 lekcí
				9,30 -10,15 hod.		
	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	13,30-14,30 hod.	Herna MC Hvězdička	1.250,-- Kč /15 lekcí (1 lekce / 50 minut)
			Pátek	14,00-18,00 hod.		
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)	
Jazykové kurzy	Angličtina pro dospělé - s možností hlídání dětí - věční začátečníci, mírně pokročilí, středně pokročilí, pokročilí.	Lektorky: Ing. Magda Škvorová Mgr. Hana Dvořáková Kontakt pro přihlašování: e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930	Pondělí	19,00-20,00 hod.	Herna MC Hvězdička a učebna jazykovky	od 6 studentů ve skupině 90,-Kč/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší.
			Úterý	19,00-20,00 hod.		
			Středa	8,15-9,15 hod.		
				8,30-9,30 hod.		
			Čtvrtek	19,00-20,00 hod. 18,30-19,30 hod.		
Francouzština pro dospělé	Lektorka: Zuzana Tyrnerová e-mail: ztyrnerova@seznam.cz telefon: 603 905 225	Středa	18,00-19,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1.000,-- Kč /10 lekcí (od 7 studentů 100,-/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší)	
Němčina pro dospělé a starší děti	Lektorka: Zuzana Tyrnerová e-mail: ztyrnerova@seznam.cz telefon: 603 905 225	Úterý	17,00-18,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1.000,-- Kč /10 lekcí (od 7 studentů 100,-/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší)	
			18,00-19,00 hod.			
			19,00-20,00 hod.			

Výtvarné	Keramické dílny pro dospělé	Lektorka: Anna Strnadová e-mail: strnadi@email.cz, telefon: 737 319 150	Pondělí	19,30-22,00 hod.	Herna MC Hvězdička	250,-- nebo 350,--Kč / za večer dle velikosti výrobku
	Keramika pro děti ve věku od 3 – 8 let	Lektorka: Anna Strnadová e-mail: strnadi@email.cz, telefon: 737 319 150	Středa	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 pohráni 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	

Mateřské centrum Hvězdička má dvoje prostory:

HERNU A TĚLOCVIČNU:

HERNA MC Hvězdička sídlí v budově Piaristické koleje,
Masarykovo náměstí 1, Benešov.
Vchod je hned vedle kostela Sv. Anny naproti České spořitelně.

TĚLOCVIČNA MC Hvězdička sídlí v budově Jednoty Coop,
v 1. patře nad prodejnu, Bezručova 1064, Benešov.

**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

