



# Mateřské centrum Hvězdička

## Přehled kroužků a kurzů pro děti a dospělé na školní rok 2020/2021

**Na kroužky a kurzy se můžete hlásit během celého roku.**



Kroužek		Kontakt	Den a čas a místo konání			Cena
<b>Cvičení dětí s rodiči</b> - ve věku od 1 roku do 3 let - děti jsou rozděleny do jednotlivých skupin podle věku	Lektorka: Martina Götzová e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Pondělí	9,00- 9,50 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 50 minut (1 lekce / 70,-- Kč)	
		Úterý	10,00-10,50 hod.			
		Pátek	11,00-11,50 hod.			
<b>Cvičení miminek</b> děti 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	1125,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 30 až 45 minut (1 lekce / 75,-- Kč)	
<b>Atletika</b> pro děti od 5 do 7 let	Lektorka: Jana Kahounová e-mail: jana.kahounova@seznam.cz telefon: 603 594 740	Středa	15,30-16,45 hod.	Tělocvična ZŠ Jiráskova, BN	Cena za kurz dle počtu lekcí (1 lekce / 60,-- Kč)	
<b>Minisportovky</b> pro děti od 3 do 5 let	Lektorka: Martina Götzová e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Pondělí	15,00-15,50 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 50 minut (1 lekce / 70,-- Kč)	
		Čtvrtek	16,00-16,50 hod.			
<b>Okinawské karate stylu Shorin – ryu</b> pro děti a dospělé 6 - 99 let	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	900,--Kč / za 2 měsíce - rodinný příslušník 50% sleva - tréninky 2x týdně	
<b>Bojové hry a sebeobrana</b> 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	600,--Kč / za 2 měsíce - sourozenec 50% sleva	
<b>Minigymnastika</b> pro děti od 3 do 6 let	Lektorka: Jitka Stibůrková e-mail: stiburcata@seznam.cz telefon: 739 038 631	Úterý	14,00-15,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 70,-- Kč)	
			15,00-16,00 hod.			
<b>Okinawan karate-do Goju ryu</b> pro děti a dospělé 6 - 99 let	Lektorka: Katka Šmídmajerová e-mail: katka.smidmajerova@atlas.cz telefon: 605 754 783	Pátek	17,00-19,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	2110,--Kč / celý rok - rodinný příslušník sleva	
<b>Jóga pro děti</b> pro děti od 6 do 10 let	Lektorka: Dagmar Woloszczuk e-mail: dasamk@seznam.cz telefon: 777 241 310	Pondělí	17,00-18,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,--Kč / 15 lekcí - 1. lekce / 50 minut / 80,-- Kč	
<b>Taneční gymnastika</b> pro děti od 6 do 8 let	Lektorka: Jitka Stibůrková e-mail: stiburcata@seznam.cz telefon: 739 038 631	Úterý	16,00-17,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1050,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 70,-- Kč)	
<b>Taneční hrátky se říkadly</b> pro děti od 3 do 7 let	Lektorka: Irena Brejchová irena.brejchova@email.cz telefon: 777 791 794	Středa	16,00-17,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,--Kč / 15 lekcí - 1. lekce / 50 minut / 80,-- Kč	

Cvičení a pohyb

	<b>Taoistické tai chi pro dospělé</b>	Informace: Blanka Škorpová e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930	Čtvrtek	17,00-18,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,-- Kč / za 4 měsíce
	<b>Zdravotní cvičení pro dospělé - cviky zaměřené na bolesti krční a bederní páteře</b>	Lektorka: Václava Kubánková e-mail: vaclava.kubankova@volny.cz telefon: 731 003 785	Čtvrtek	19,00-20,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	80,--Kč za lekci (možnost perm. 1600,- Kč/20 lekcí)
	<b>Loona dance - Tanec srdcem</b> prožitkový tanec pro ženy všech věkových kategorií	Lektorka: Hana Hanzalová e-mail: haha.kouc@seznam.cz telefon: 602 564 785	Středa	19,30-21,30 hod. 1x za měsíc	Tělocvična MC Hvězdička	280,--Kč za lekci (1 lekce / 2 hod.)
	<b>Zdravotní cvičení od senior fitness pro dospělé bez omezení věku</b>	Lektorka: Dana Drmelová e-mail:dana.drmelova@seznam.cz telefon: 603 213 124	Středa	14,00-15,00 hod	Tělocvična MC Hvězdička	70,--Kč za lekci
	<b>Hatha jóga na posílení orgánů</b> od 15 do 100 let	Lektorka: Dominika Potužáková e-mail: potuzak.dom@gmail.com telefon: 777 293 514	Úterý	18,00-19,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,- Kč / 12 lekcí kurz nebo 120,- za jednotlivé lekce
	<b>Večerní jemná hatha jóga</b> od 15 do 100 let	Lektorka: Dominika Potužáková e-mail: potuzak.dom@gmail.com telefon: 777 293 514	Úterý	19,00-20,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,- Kč / 12 lekcí kurz nebo 120,- za jednotlivé lekce
	<b>Wellness jóga / pilates</b> vhodné pro kohokoli od 12 let a dále	Lektorka: Ivona Pobežalová e-mail: ivona@pilates-power-joga.cz telefon: 605 432 591	Pátek	7,50-8,50 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1680,- Kč / 12 lekcí zameškané hodiny lze nahradit na jiném kurzu i mimo BN
	<b>Relaxační jóga</b> vhodné pro kohokoli od 12 let a dále	Lektorka: Ivona Pobežalová e-mail: ivona@pilates-power-joga.cz telefon: 605 432 591	Čtvrtek	20,00 – 21,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1680,- Kč / 12 lekcí zameškané hodiny lze nahradit na jiném kurzu i mimo BN
<b>Vzdělávací kurzy</b>	<b>Předporodní kurzy pro těhotné</b>	Lektorky: Mgr. Iva Sedláčková, Dis. Petra Řezníčková e-mail: doubrapetra@seznam.cz telefon: 605 784 945	Sobota	15,00 - 17,30 hod.	Herna MC Hvězdička	700,--Kč za kurz (kurz 2. lekce po 2,5 hodinách) 900,--Kč za kurz s doprovodem
	<b>Grafomotorika</b> vhodné pro předškoláky	Lektorka: Miroslava Kheková e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Pondělí	16,45-17,45 hod.	Herna MC Hvězdička	920,-- Kč / 10 lekcí
	<b>Školička - hlídání dětí se školkovým programem pro děti od 2,5 do 4 let (dle domluvy i mladší / starší)</b>	Lektorka: Blanka Škorpová e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930	Pondělí	8,00-12,15 hod.	Herna MC Hvězdička	250,--Kč / 1 dopoledne - hlídání dětí se „školkovým programem“
			Úterý			
Pátek						
<b>Zpívánky pro děti</b> pro děti od 1 do 3 let	Lektorka: Zuzana Nyklová e-mail: zpivankyprodeti@seznam.cz telefon: 775 317 005	Pátek	8,55 - 9,40 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1680,-- Kč / 16 lekcí	

Hudební a divadelní	<b>Hra na flétnu</b> pro děti od 4 do 12 let s rodiči	Lektorka: Jana Šeborová e-mail: jeane.ni@seznam.cz telefon: 739 051 711	Čtvrtek	16,00-17,00 hod. 17,00–18,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1.250,-- Kč /15 lekcí (1 lekce / 50 minut)
			Pátek	14,00-15,00 hod. 15,00-16,00 hod. 16,00-17,00 hod. 17,00-18,00 hod.		
	<b>Hrajeme si na divadlo</b> pro děti od 3 do 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	<b>Angličtina pro děti</b> od 4 do 7 let	Lektorka: Alena Šturcová e-mail: alena.steflickova@seznam.cz telefon: 602 379 895	Středa	15,05-15,50 hod. 16,05-16,50 hod.	Herna MC Hvězdička	1360,--Kč / 15 lekcí (1 lekce 90,-Kč při počtu 6 až 8 dětí ve skupině, max. počet 8 dětí)
	<b>Angličtina pro dospělé</b> - ranní s možností hlídání dětí - veční začátečníci, mírně pokročilí, pokročilí.	Lektorky: Ing. Magda Škvorová Mgr. Hana Dvořáková Kontakt pro přihlašování: e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930		Úterý		
			Středa	8,30-9,30 hod. 8,30-9,30 hod.		
				Čtvrtek	19,00-20,00 hod. 18,30-19,30 hod.	
	<b>Francouzština pro dospělé</b>	Lektorka: Zuzana Tyrnerová e-mail: ztyrnerova@seznam.cz telefon: 603 905 225	Středa	19,00-20,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1.000,-- Kč /10 lekcí (od 7 studentů 100,-/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší)
<b>Němčina pro dospělé a studenty</b>	Lektorka: Zuzana Tyrnerová e-mail: ztyrnerova@seznam.cz telefon: 603 905 225	Úterý	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)	
		Středa	17,00-18,00 hod. 18,00-19,00 hod.			
Tvořivé kurzy	<b>Keramické dílny pro dospělé</b>	Lektorka: Anna Strnadová e-mail: strnadi@email.cz, telefon: 737 319 150	Pondělí	19,30-21,30 hod. 1x za 14 dní	Herna MC Hvězdička	250,-- nebo 350,--Kč / za večer dle velikosti výrobku (materiál v ceně)
	<b>Keramika pro děti</b> pro děti od 3 do 8 let	Lektorka: Anna Strnadová e-mail: strnadi@email.cz, telefon: 737 319 150	Čtvrtek	15,00-15,45 hod.	Herna MC Hvězdička	650,-- Kč / 10 lekcí (materiál v ceně)
	<b>Arte hraní</b> pro děti od 3 do 6 let	Lektorka: Karolína Pokorná e-mail: pokorna.karolina@atlas.cz telefon: 724 855 313	Pondělí	15,30-16,30 hod. 1x za 14 dní	Herna MC Hvězdička	800,-- Kč / 8 lekcí (výtvarný materiál v ceně)
	<b>Šikovné ručičky s korálky</b> pro děti od 5 let	Lektorka: Daniela Prchalová e-mail: prchy@seznam.cz telefon: 736 605 652	Středa	14,00 -15,00 hod.	Herna MC Hvězdička	760,-- Kč / 10 lekcí (materiál v ceně)

<b>Hernička</b> - vhodná pro děti od miminek až po předškoláky, ale můžete vzít na pohraničí i staršího sourozence.	<b>STŘEDA</b>	<b>9,30 – 11,30 hod.</b>	<b>Cena za herničku</b> 50,-- Kč za rodinu. <b>Kde: Herna MC Hvězdička</b>	<b>V rámci středeční herničky i možnost hlídání dětí</b> věk dětí neomezen <b>cena za hlídání 100,- Kč / 1hod.</b>
	<b>ČTVRTEK</b>	<b>9,30 – 11,30 hod.</b>		
Hernička je pro vás volně otevřena mimo svátky a prázdniny od začátku září do konce června. Můžete přijít bez předchozího přihlašování. Bývají i mimořádné prázdninové herničky, to je aktuálně zveřejněno na <a href="http://www.hvezdicka.info">www.hvezdicka.info</a> .				

## DĚTSKÉ OSLAVY

- nabízíme vám možnost oslavit narozeniny, svátek, či jinou událost vašich dětí v MC Hvězdička. Prostory jsou pro děti jako stvořené a může se jich tu sejít více než u vás doma a rozhodně si to krásně užijí.

- informace a rezervace Martina Götzová,  
e-mail: [gotmartina@seznam.cz](mailto:gotmartina@seznam.cz), telefon: 739 636 981  
Kdy: v pátek od 13,00 hod., v sobotu od 9,00 hod.,  
v neděli do 17,30 hod., prázdniny, svátky a jiné dny dle domluvy (časy pro oslavy se mohou aktuálně měnit).  
Kde: Tělocvična nebo Herna v MC Hvězdička.  
Cena za dětskou oslavu: 600,-- Kč / den.

## Mateřské centrum Hvězdička má dvoje prostory. HERNU A TĚLOCVIČNU:

**HERNA** sídlí v budově Piaristické koleje, Masarykovo náměstí 1, Benešov (vchod je hned vedle kostela Sv. Anny naproti České spořitelně). Herna se nachází v 1. patře, budova je bez výtahu, kočárky je možno vynést po schodech nahoru k herně, nebo si je ponechat dole v suterénu ve výklenku před schody (zde je možnost si kočárek zamknout k tyči pod nástěnkou MC Hvězdička, nutno si přinést zámek na kolo.

**TĚLOCVIČNA** sídlí v budově Jednoty Coop, Bezručova 1064, Benešov (v 1. patře nad prodejnou). Pro kočárky je připravená uzamykatelná kóje.

**Aktuální přehled kroužků a kurzů a další informace o připravovaných akcích získáte na [www.hvezdicka.info](http://www.hvezdicka.info)**

Informace vám také rádi poskytneme na těchto kontaktech: [hvezdicka@hvezdicka.info](mailto:hvezdicka@hvezdicka.info)

**731 197 930 Blanka Škorpová, 739 636 981 Martina Götzová**