

Přehled kulturních, sportovních a ostatních akcí leden 2022



Kulturní akce:

31. 1. 2022

Seal Team – OKŠS Spolkový dům zve malé diváky na animovaný film Seal Team, který se bude promítat 31. 1. 2022 od 17:00 ve Spolkovém domě. Filmová kavárnička bude připravena od 16:00. Vstupenka pro děti stojí 50 Kč, pro dospělé je cena 70 Kč. Přijďte odměnit děti za vysvědčení. Těšíme se na vás.

OKŠS - Spolkový dům zve malé diváky na animovaný film
SPADNOU VÁM ČELISTI!
za vysvědčení
PONDĚLÍ 31. 1. 2022
OD 17:00 HODIN
SEAL TEAM

děti 50 Kč, doprovod 70 Kč
zasedací místnost Spolkového domu
Filmová kavárna otevřena od 16:00 hodin.

Sportovní akce:

15. 1. 2022

Volejbal – TJ Jiskra Zruč nad Sázavou x Vlašim. Začátek v 10:00 ve sportovní hale.

22. 1. 2022

Zručská amatérská volejbalová liga

23. 1. 2022

Házená – turnaj mini žáci. Začátek v 9:00 ve sportovní hale.

29. 1. 2022

Volejbal – TJ Jiskra Zruč nad Sázavou x Nymburk. Začátek v 10:00 ve sportovní hale.

Každé pondělí

Tanec života – volný spontánní tanec s Marcelou. Tančit se bude každé pondělí vždy od 18:00 do 19:30 v tělocvičně nad školní jídelnou. Cena jedné lekce je 150 Kč. S sebou karimatku a pití. Více informací na e-meilu: marcela.marcela@centrum.cz nebo telefonu: 724 086 404.



TANEC ŽIVOTA

VOLNÝ SPONTÁNNÍ TANEC S MARCELOU

TANEC je nejjednodušší a nejpřirozenější pohyb pro ženské tělo!

Přijď si to vyzkoušet!

Tanec tě uvolní a zároveň si zcela přirozeně protáhneš a rozhybáš celé tělo.

Tančit začínáme v pondělí 4. ŘÍJNA 2021 18 – 19.30 hod
a následně pak **KAŽDÉ PONDĚLÍ**

ve ZRUČI NAD SÁZAVOU v tělocvičně nad školní jídelnou,
ul. 5. května


S sebou: karimatku, pití
Cena: 150 Kč

Kontakt: Marcela Černá, tel. č. 724 086 404,
email – marcela.marcela@centrum.cz

„Život je v pohybu. Když tančíš, rezonuješ se životem!“

Každý čtvrtek

Jóga s Terezou - Tereza zve všechny zájemce každý čtvrtek od 17:30 do 18:30 na lekce jógy v tělocvičně nad školní jídelnou ve Zruči nad Sázavou. Vstupné 115 Kč. Více info viz plakát.



*Jóga s Terezou
ve Zruči nad Sázavou*

*Namaste.
Srdečně vás zvu k profázení a posílení těla,
rozprázení energie a povznesení duše.
Těším se na vás. S láskou Tereza Viktorová*

*Zruč nad Sázavou, tělocvična nad školní jídelnou
ulice 5. května | každý čtvrtek | 17:30-18:30
na lekci se hlášte vždy předem! | vstupné 115,-*

www.sily.cz +420 739 087 961 terezka@sily.cz

Ostatní akce:

12. 1. 2022

A3V – probíhající kurz. Kurz se koná v zasedací místnosti Spolkového domu v čase od 9:00 do 12:00. Přihlášky a více informací na e-mailu: stnadova@visk.cz nebo telefonu: 605 408 887.

Každé pondělí

Šikulkové – výtvarný a tvořivý kroužek pro děti od 2 do 6 let. Začátek vždy v 16:00. Kroužek bude probíhat v herně RC Setkání. Cena je 40 Kč za lekci. Kontakt: Martina Bártová, tel: 733 453 517.



Každé úterý

Cvičení pro děti – cvičení probíhá vždy od 16:30 do 17:30 ve víceúčelovém sále SD.

Každé úterý a čtvrtek

Kurz anglického jazyka – lektorka Zuzana Dvořáková. V úterý studuje 1. skupina v čase od 17:00 do 18:00 a 2. skupina v čase od 18:00 do 19:00. Ve čtvrtek studuje 3. skupina v čase od 17:00 do 18:00 a 4. skupina v čase od 18:00 do 19:00.

Každá středa

Cvičení s Rákosníčkem – cvičení pro děti. V čase od 16:00 do 16:45 pro děti od 1 do 2 let a v čase od 17:00 do 17:45 pro děti od 3 do 5 let. Kroužek bude probíhat v herně RC Setkání. Cena je 50 Kč za lekci (1. zkušební hodina zdarma). Kontakt: Jana Řimková, tel: 777 563 895.

CVIČENÍ **S** **RÁKOSNÍČKEM**

Zábavné cvičení pro děti
předškolního věku 1 – 5 let

Začínáme 6.10. 2021



Kdy: Středa 16:00 – 16:45 děti 1 – 2 roky

17:00 – 17:45 děti 3 – 5 let

Kde: herna RC Setkání Zruč nad Sázavou (Spolkový dům)

Cvičení dětí s rodiči probíhá pod vedením **JANY ŘIMKOVÉ**

První zkušební hodina zdarma každá další 50,- Kč
(návštěva nováčků-jen po tel. dohodě.)

Přijďte si s námi zacvičit, uvolnit se a hlavně rozvíjet motoriku a pohybové rytmické citění dětí, spolupráci v kolektivu a lásku k pohybu. Cvičení probíhá formou hry a za doprovodu dětských písniček a říkadel.

Více o aktivitách RC Setkání na <http://www.rc-setkani.cz/>

FB: Rodinné centrum Setkání Zruč n.S.

Tel: 777 563 895

Infocentrum

Zámek 1

285 22 Zruč nad Sázavou

E-mail: infocentrum@mesto-zruc.cz

Tel: 327 531 329

Změna programu vyhrazena

Aktuální přehled akcí naleznete vždy na www.mesto-zruc.cz