



Jizerská 4, 370 11 České Budějovice

Září 2023

SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 4. 9. Senioři ČR, z .s.	11:00 – 13:00	„Slunečnice“ – Taneční soubor - lektorka M. Hejtmánová
ÚT 5. 9. ZO SPCCH České Budějovice	9:00 – 10:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Klub Aktiv, z. s.	11:15 – 13:15	„Tancem pro zdraví a proti stresu“ – lektori pí Faltysová a p. Postl
Magistrát města Č. Budějovice	13:30 – 19:00	„Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“
ST 6. 9. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová

Magistrát města Č. Budějovice	11:15 – 13:15	„Country a Line Dance“ – pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová
MŠ Jizerská	14:45 – 15:45	„Mateřská škola Jizerská“
ČT 7. 9. Magistrát města Č. Budějovice	10:00 – 12:00	„Trénink paměti“ – lektorka Mgr. Markéta Drdová
	14:00 – 19:00	„Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“
PÁ 8. 9. Senioři ČR, z .s.	14:00 – 17:00	„Stolní tenis“ – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 11. 9. Senioři ČR, z .s.	11:00 – 13:00	„Slunečnice“ – Taneční soubor - lektorka M. Hejtmanová
Klub Aktiv, z. s.	15:00 – 18:00	„Glorieta“ – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 12. 9. ZO SPCCH České Budějovice	9:00 – 10:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Klub Aktiv, z. s.	11:15 – 13:15	„Tancem pro zdraví a proti stresu“ – lektori pí Faltysová a p. Postl

Magistrát města Č. Budějovice	13:30 – 19:00	„Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“
ST 13. 9. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Magistrát města Č. Budějovice	11:15 – 13:15	„Country a Line Dance“ – pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová
MŠ Jizerská	14:45 – 15:45	„Mateřská škola Jizerská“
ČT 14. 9. Magistrát města Č. Budějovice	10:00 – 12:00	„Naam jóga“ – lektorka Šárka Laura Tůmová
	14:00 – 18:00	„Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“
PÁ 15. 9. Klub Aktiv, z. s.	10:00 – 13:00	„Glorieta“ – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 17:00	„Stolní tenis“ – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 18. 9. Senioři ČR, z. s.	11:00 – 13:00	„Slunečnice“ – Taneční soubor - lektorka M. Hejtmanová

Klub Aktiv, z. s.	15:00 – 18:00	„Glorieta“ – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 19. 9. ZO SPCCH České Budějovice	9:00 – 10:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Klub Aktiv, z. s.	11:15 – 13:15	„Tancem pro zdraví a proti stresu“ – lektori pí Faltysová a p. Postl
Magistrát města Č. Budějovice	13:30 – 19:00	„Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“
ST 20. 9. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Magistrát města Č. Budějovice	11:15 – 13:15	„Country a Line Dance“ – pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová
MŠ Jizerská	14:45 – 15:45	„Mateřská škola Jizerská“
ČT 21. 9. Magistrát města Č. Budějovice	8:30 – 12:00	„Kosmetika, pedikúra, manikúra, kadeřnictví“ - návštěva studentů ze STŘEDNÍ ŠKOLY OBCHODNÍ, České Budějovice, Husova 9 - Nutnost rezervace - informace v KS Jizerka
	14:00 – 18:00	„Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“

PÁ 22. 9. Klub Aktiv, z. s.	10:00 – 13:00	„Glorieta“ – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 17:00	„Stolní tenis“ – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 25. 9. Senioři ČR, z. s.	11:00 – 13:00	„Slunečnice“ – Taneční soubor - lektorka M. Hejtmanová
Klub Aktiv, z. s.	15:00 – 18:00	„Glorieta“ – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 26. 9. ZO SPCCH České Budějovice	9:00 – 10:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Klub Aktiv, z. s.	11:15 – 13:15	„Tancem pro zdraví a proti stresu“ – lektoři pí Faltysová a p. Postl
Magistrát města Č. Budějovice	13:30 – 19:00	„Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“
ST 27. 9. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Magistrát města Č. Budějovice	11:15 – 13:15	„Country a Line Dance“ – pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová

MŠ Jizerská	14:45 – 15:45	„Mateřská škola Jizerská“
ČT 28. 9.	Státní svátek – Den české státnosti	
PÁ 29. 9. Klub Aktiv, z. s.	10:00 – 13:00	„Glorieta“ – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 17:00	„Stolní tenis“ – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		

Změna programu vyhrazena.

Pro změnu programu a aktuální informace sledujte

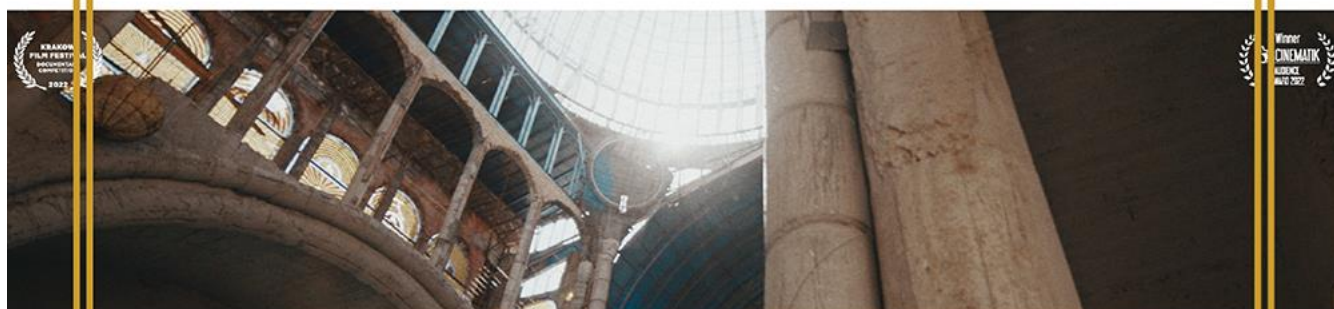
www.rodina.c-budejovice.cz

www.facebook.com/KomunitnícentrumMaj

**Ve spolupráci s Biografem Kotva Vás srdečně zveme do
kina na film:**



SENIOR KLUB v Biografu Kotva



PŘÍBĚH NEKONEČNÉ VŮLE A ODHODLÁNÍ



KATEDRÁLA

20. ZÁŘÍ 2023 **OD 14:30**

Pravidelná filmová projekce v Biografu Kotva.

Přijďte zhlédnout film a poté si
o něm popovídat do naší kavárny.

Každou třetí **STŘEDU** v měsíci od 14:30

Vstupné 100 Kč

www.biografkotva.cz



KLUB SENIORŮ JIZERKA

Vás srdečně zve na ...



TRÉNINK PAMĚTI

S lektorkou Markétou Drdovou

**Čtvrtek 7. ZÁŘÍ 2023
od 9.00 do 11.30 hod**

PRO SENIORY/KY VSTUP ZDARMA

KLUB SENIORŮ JIZERKA

Jizerská 4, ČESKÉ BUDĚJOVICE

