



Jizerská 4, 370 11 České Budějovice

LISTOPAD 2025

SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 3. 11. Klub Aktiv, z. s.	14:00 – 17:00	Glorieta – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 4. 11. ZO SPCC České Budějovice	9:00 – 10:00	Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
Klub Aktiv, z. s.	10:30 – 12:30	Tancem pro zdraví a proti stresu – lektoři pí Faltisová a p. Postl
Magistrát města Č. Budějovice	13:00 – 20:30	Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB
ST 5. 11. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
MŠ Jizerská	14:45 – 15:45	Mateřská škola Jizerská
Klub Aktiv, z. s.	16:15 – 18:00	Country tance – lektorka pí Faltisová

ČT 6. 11. Magistrát města Č. Budějovice	8:30 – 12:00	„Kosmetika, pedikúra, manikúra, kadeřnictví“ - Přijďte se nechat hýčkat studentkami/studenty STŘEDNÍ ŠKOLY OBCHODNÍ, České Budějovice, Husova 9 - Nutnost rezervace - informace v KS Jizerka
	12:00 – 20:30	Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB
PÁ 7. 11. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 12:00	Glorieta – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
	12:30 – 13:45	Tancem pro zdraví a proti stresu – lektoři pí Faltisová a p. Postl
Senioři ČR, z .s.	14:00 – 17:00	Stolní tenis – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 10. 11. Magistrát města Č. Budějovice	10:00 – 11:30	Orientální tanec - s lektorkou Ivanou Novou Přijďte si posílit svaly nejen kolem páteře 😊
Klub Aktiv, z. s.	14:00 – 17:00	Glorieta – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 11. 11. ZO SPCCH České Budějovice	9:00 – 10:00	Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
Klub Aktiv, z. s.	10:30 – 12:30	Tancem pro zdraví a proti stresu – lektoři pí Faltisová a p. Postl
Magistrát města Č. Budějovice	13:00 – 20:30	Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB
ST 12. 11. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
MŠ Jizerská	14:45 – 15:45	Mateřská škola Jizerská

Klub Aktiv, z. s.	16:15 – 18:00	Country tance – lektorka pí Faltisová
ČT 13. 11. Magistrát města Č. Budějovice	10:00 – 12:00	Naam jóga – lektorka Šárka Laura Tůmová
	12:00 – 20:30	Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB
PÁ 14. 11. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 12:00	Glorieta – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
	12:30 – 13:45	Tancem pro zdraví a proti stresu – lektori pí Faltisová a p. Postl
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 17:00	Stolní tenis – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
17.11.2025 – STÁTNÍ SVÁTEK – Den boje za svobodu a demokracii		
ÚT 18. 11. ZO SPCC České Budějovice	9:00 – 10:00	Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
Klub Aktiv, z. s.	10:30 – 12:30	Tancem pro zdraví a proti stresu – lektori pí Faltisová a p. Postl
Magistrát města Č. Budějovice	13:00 – 20:30	Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB
ST 19. 11. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
MŠ Jizerská	14:45 – 15:45	Mateřská škola Jizerská
Klub Aktiv, z. s.	16:15 – 18:00	Country tance – lektorka pí Faltisová
ČT 20. 11. Magistrát města Č. Budějovice	12:00 – 20:30	Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB

PÁ 21. 11. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 12:00	Glorieta – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
	12:30 – 13:45	Tancem pro zdraví a proti stresu – lektoři pí Faltisová a p. Postl
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 17:00	Stolní tenis – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 24. 11. Magistrát města Č. Budějovice	10:00 – 11:30	Orientální tanec - s lektorkou Ivanou Novou Přijďte si posílit svaly nejen kolem páteře 😊
Klub Aktiv, z. s.	14:00 – 17:00	Glorieta – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 25. 11. ZO SPCCH České Budějovice	9:00 – 10:00	Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
Klub Aktiv, z. s.	10:30 – 12:30	Tancem pro zdraví a proti stresu – lektoři pí Faltisová a p. Postl
Magistrát města Č. Budějovice	13:00 – 20:30	Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB
ST 26. 11. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
MŠ Jizerská	14:45 – 15:45	Mateřská škola Jizerská
Klub Aktiv, z. s.	16:15 – 18:00	Country tance – lektorka pí Faltisová
ČT 27. 11. Magistrát města Č. Budějovice	10:00 – 12:00	Naam jóga – lektorka Šárka Laura Tůmová
	12:00 – 20:30	Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB

PÁ 28. 11. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 12:00	Glorieta – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
	12:30 – 13:45	Tancem pro zdraví a proti stresu – lektoři pí Faltisová a p. Postl
Senioři ČR, z .s.	14:00 – 17:00	Stolní tenis – přátelská utkání

Změna programu vyhrazena.

Pro změnu programu a aktuální informace sledujte

www.rodina.c-budejovice.cz

www.facebook.com/KomunitnícentrumMaj

Biograf Kotva

Senior klub

5. listopadu 2025 14:30

Franz

česko-německé biografické drama



12. listopadu 2025 14:30

Stezka života

britský dobrodružný film



19. listopadu 2025 14:30

Něco za něco

česká komedie



26. listopadu 2025 14:30

Cukrkandl

český rodinný film



Každou středu od 14:30, vstupné 100 Kč

Přijít může kdokoli, nepotřebujete žádné kartičky či doklady





KLUB SENIORŮ JIZERKA

Vás srdečně zve na ...



Naam jóga

S lektorkou Šárkou Laurou Tůmovou

Čtvrtek 13. listopad 2025

Čtvrtek 27. listopad 2025

od 10.00 do 12.00 hod

PRO SENIORY/KY VSTUP ZDARMA

KLUB SENIORŮ JIZERKA

Jizerská 4, ČESKÉ BUDĚJOVICE





KLUB SENIORŮ JIZERKA

Vás srdečně zve na ...



Orientální tanec

**s lektorkou
Ivanou Novou**

- Je pro každého
- Je zdraví velmi prospěšný
- Upevníte svaly nejen kolem páteře
- Postupně mizí bolesti kloubů, hlavy a další

PONDĚLÍ 10. listopad 2025, 10.00 - 11.30

PONDĚLÍ 24. listopad 2025, 10.00 - 11.30

PRO SENIORY/KY VSTUP ZDARMA

KLUB SENIORŮ JIZERKA

Jizerská 4, ČESKÉ BUDĚJOVICE

