



J. Plachty 38, 370 01 České Budějovice

ZÁŘÍ 2025

PONDĚLÍ 1.9.	10:00 - 11:30	Reflexní a ajurvédské automasáže
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ÚTERÝ 2.9.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
STŘEDA 3.9.	8:30 - 9:30	Kondiční cvičení + jóga
	10:00 - 12:00	Kávový a karetní dýchánek
ČTVRTEK 4.9.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
PÁTEK 5.9.	8:30 - 9:30	Angličtina pro začátečníky 2 (uzavřená skupina)
	10:00 - 11:00	Angličtina pro začátečníky (uzavřená skupina Z)

SOBOTA

NEDĚLE

PONDĚLÍ 8.9.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ÚTERÝ 9.9.	11:00 - 13:00	Kadeřnice
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
STŘEDA 10.9.	8:30 - 9:30	Kondiční cvičení + jóga
	10:00 - 11:30	Cesta k bystré paměti (trénink paměti)
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ČTVRTEK 11.9.	9:00 - 11:00	Tvoření
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
PÁTEK 12.9.	10:00 - 11:00	Angličtina pro začátečníky (uzavřená skupina NZ)
SOBOTA		
NEDĚLE		
PONDĚLÍ 15.9.	10:00 - 11:30	Reflexní a ajurvédské automasáže
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ÚTERÝ 16.9.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek

STŘEDA 17.9.	8:30 – 9:30	Kondiční cvičení + jóga
	10:00 – 12:00	Kávový a karetní dýchánek
ČTVRTEK 18.9.	10:00 – 12:00	Voňavé tvoření Peeling se semínky růže šípkové
	13:00 – 15:00	Kávový a karetní dýchánek
PÁTEK 19.9.	8:30 – 9:30	Angličtina pro začátečníky 2 (uzavřená skupina)
	10:00 – 11:00	Angličtina pro začátečníky (uzavřená skupina Z)
SOBOTA		
NEDĚLE		
PONDĚLÍ 22.9.	10:00 – 11:30	Reflexní a ajurvédské automasáže
	13:00 – 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ÚTERÝ 23.9.	9:00 – 10:00	Cvičení pro mysl a tělo -cvičení se zapojováním pravé a levé hemisféry mozku, jemné motoriky, trénování postřehu, ... Vhodné pro jakoukoliv věkovou i pohybovou kategorii.
	13:30 – 15:30	Hudební odpoledne s Duem H+H
STŘEDA 24.9.	8:30 – 9:30	Cesta k bystré paměti (trénink paměti)
	10:00 – 11:30	Kondiční cvičení + jóga

	13:00 – 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ČTVRTEK 25.9.	10:00 – 12:00	Naam jóga
	13:00 – 15:00	Kávový a karetní dýchánek
PÁTEK 26.9.	10:00 – 11:00	Angličtina pro začátečníky (uzavřená skupina NZ)
SOBOTA		
NEDĚLE		
PONDĚLÍ 29.9.	10:00 – 11:30	Reflexní a ajurvédské automasáže
	13:00 – 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ÚTERÝ 30.9.	13:00 – 14:30	MHD + parkovné v mobilu beseda o aplikaci DOPRAVNÍHO PODNIKU MĚSTA ČESKÉ BUDĚJOVICE

Změna programu vyhrazena

Pro změnu programu a aktuální informace sledujte

www.rodina.c-budejovice.cz

www.facebook.com/KomunitnícentrumMaj