



J. Plachty 38, 370 01 České Budějovice

LEDEN 2026

SOBOTA

NEDĚLE

SOBOTA		
NEDĚLE		
PONDĚLÍ 5.1.	10:00 - 11:30	Reflexní a ajurvédské automasáže
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ÚTERÝ 6.1.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
STŘEDA 7.1.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ČTVRTEK 8.1.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
PÁTEK 9.1.	8:30 - 9:30	Angličtina pro začátečníky 2 (uzavřená skupina)
	10:00 - 11:00	Angličtina pro začátečníky (uzavřená skupina Z)

SOBOTA

NEDĚLE

PONDĚLÍ 12.1.	10:00 - 11:30	Reflexní a ajurvédské automasáže
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ÚTERÝ 13.1.	9:00 - 11:00	Tvoření z papíru
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
STŘEDA 14.1.	8:30 - 9:30	Kondiční cvičení + jóga
	10:00 - 11:30	Cesta k bystré paměti (trénink paměti)
	13:00 - 15:00	Cestovatelská středa Bajkalsko-amurská magistrála
ČTVRTEK 15.1.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
PÁTEK 16.1.	8:30 - 9:30	Angličtina s Karolínou nová skupina - úvodní lekce pro každého Nutná rezervace na tel. čísle 777 49 49 48
	10:00 - 11:00	Angličtina pro začátečníky (uzavřená skupina NZ)
SOBOTA		
NEDĚLE		
PONDĚLÍ 19.1.	10:00 - 11:30	Reflexní a ajurvédské automasáže
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek

ÚTERÝ 20.1.	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.
	11:00 - 13:00	Kadeřnice
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
STŘEDA 21.1.	8:30 - 9:30	Kondiční cvičení + jóga
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ČTVRTEK 22.1.	9:00 - 10:00	Voňavé tvoření - výroba parfémů
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
PÁTEK 23.1.	8:30 - 9:30	Angličtina pro začátečníky 2 (uzavřená skupina)
	10:00 - 11:00	Angličtina pro začátečníky (uzavřená skupina Z)
SOBOTA		
NEDĚLE		
PONDĚLÍ 26.1.	10:00 - 11:30	Reflexní a ajurvédské automasáže
	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
ÚTERÝ 27.1.	13:00 - 15:00	Kávový a karetní dýchánek
STŘEDA	8:30 - 9:30	Kondiční cvičení + jóga

28.1.	10:00 – 11:30	Cesta k bystré paměti (trénink paměti)
	13:00 – 15:00	Kávový a karetní dýchánek
	13:00 – 15:00	Kávový a karetní dýchánek
PÁTEK 30.1.	8:30 – 9:30	Angličtina s Karolínou nová skupina – úvodní lekce pro každého Nutná rezervace na tel. čísle 777 49 49 48
	10:00 – 11:00	Angličtina pro začátečníky (uzavřená skupina NZ)

Změna programu vyhrazena

Pro změnu programu a aktuální informace sledujte

www.rodina.c-budejovice.cz

www.facebook.com/KomunitnícentrumMaj

Kurz Chytrý telefon pro seniory bude pokračovat od února 2026.

Skupina **začátečníků** bude plynule navazovat na dosavadní výuku.
Zároveň otevíráme **novou skupinu – úplní začátečníci**, která je určena pro všechny, kdo se chytrým telefonem teprve začínají.

 **Přihlášky a informace:**

telefon: 777 49 49 48

e-mail: maruskovam@c-budejovice.cz

Těšíme se na Vás!