



Jizerská 4, 370 11 České Budějovice

Květen 2022

PO 2. 5. Magistrát města Č. Budějovice	9:00 – 10:00	„Rehabilitační cvičení“ – lektorka sl. Šmejkalová
Senioři ČR, z. s.	11:00 – 13:30	„Slunečnice“ – Taneční soubor lektorka M Hejtmanová
Klub Aktiv, z. s.	15:30 – 17:30	„Glorieta“ – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 3. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ – lektorka Stanislava Černá
ZO SPCCH České Budějovice	10:30 – 11:30	„Cvičení s gymnastickým míčem – lektorka Marie Marešová
ST 4. 5. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová

Magistrát města Č. Budějovice	16:00 – 18:00	„Country a Line Dance“ - pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová
ČT 5. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ - lektorka Kateřina Žižková
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 16:00	„Muzikoterapie“ - hrají a zpívají Kamarádi harmonikáři
PÁ 6. 5. Klub Aktiv, z. s.	10:00 – 12:00	„Glorieta“ - Country tance I. - lektorka pí Kremlová
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 18:00	„Stolní tenis“ – přátelská utkání
Sobota		
Neděle		
PO 9. 5. Magistrát města Č. Budějovice	9:00 – 10:00	„Rehabilitační cvičení“ - lektorka sl. Šmejkalová
Senioři ČR, z. s.	11:00 – 13:30	„Slunečnice“ - Taneční soubor - lektorka M. Hejtmanová
Klub Aktiv, z. s.	15:30 – 17:30	„Glorieta“ - Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 10. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ - lektorka Stanislava Černá
ZO SPCCH České Budějovice	10:30 – 11:30	„Cvičení s gymnastickým míčem“ - lektorka Marie Marešová

ST 11. 5. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Magistrát města Č. Budějovice	16:00 – 18:00	„Country a Line Dance“ – pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová
ČT 12. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ – lektorka Kateřina Žižková
PÁ 13. 5. Klub Aktiv, z. s.	10:00 – 12:00	„Glorieta“ – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 18:00	„Stolní tenis“ – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 16. 5. Magistrát města Č. Budějovice	9:00 – 10:00	„Rehabilitační cvičení“ – lektorka sl. Šmejkalová
Senioři ČR, z. s.	11:00 – 13:30	„Slunečnice“ – Taneční soubor lektorka M Hejtmanová
Klub Aktiv, z. s.	15:30 – 17:30	„Glorieta“ – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 17. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ – lektorka Stanislava Černá
ZO SPCCH České Budějovice	10:30 – 11:30	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová

ST 18. 5. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Magistrát města Č. Budějovice	16:00 – 18:00	„Country a Line Dance“ – pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová
ČT 19. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ – lektorka Kateřina Žižková
PÁ 20. 5. Klub Aktiv, z. s.	10:00 – 12:00	„Glorieta“ – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 18:00	„Stolní tenis“ – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 23. 5. Magistrát města Č. Budějovice	9:00 – 10:00	„Rehabilitační cvičení“ – lektorka sl. Šmejkalová
Senioři ČR, z. s.	11:00 – 13:30	„Slunečnice“ – Taneční soubor - lektorka M. Majerová
Klub Aktiv, z. s.	15:30 – 17:30	„Glorieta“ – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 24. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ – lektorka Stanislava Černá
ZO SPCCH České Budějovice	10:30 – 11:30	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová

ST 25. 5. ZO SPCCH České Budějovice	10:00 – 11:00	„Cvičení s gymnastickým míčem“ – lektorka Marie Marešová
Magistrát města Č. Budějovice	11:00 – 12:00	„NADOSAH“ - tíšňová péče ŽIVOTa 90 Přednáška Bc. Alena Bártíková
ČT 26. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ – lektorka Kateřina Žižková
PÁ 27. 5. Klub Aktiv, z. s.	10:00 – 12:00	„Glorieta“ – Country tance I. - lektorka pí Kremlová
Senioři ČR, z. s.	14:00 – 18:00	„Stolní tenis“ – přátelská utkání
SOBOTA		
NEDĚLE		
PO 30. 5. Magistrát města Č. Budějovice	9:00 – 10:00	„Rehabilitační cvičení“ – lektorka sl. Šmejkalová
Senioři ČR, z. s.	11:00 – 13:30	„Slunečnice“ – Taneční soubor - lektorka M. Majerová
Klub Aktiv, z. s.	15:30 – 17:30	„Glorieta“ – Country tance II. - lektorka pí Kremlová
ÚT 31. 5. Klub Aktiv, z. s.	9:00 – 10:00	„Zdravotní cvičení“ – lektorka Stanislava Černá

ZO SPCCH České
Budějovice

10:30 – 11:30

„Cvičení s gymnastickým míčem“
– lektorka Marie Marešová

Změna programu vyhrazena.

Pro změnu programu a aktuální informace sledujte

www.facebook.com/KomunitnicentrumMaj

A close-up photograph of several pink tulips in various stages of bloom, with green leaves and stems visible. The flowers are the central focus of the image.

Maminkám přejeme
vše nejlepší ke Dni
matek!

Odbor sociálních věcí
MMČB