



Mateřské centrum Hvězdička
Přehled kroužků a kurzů pro děti a dospělé na školní rok 2022/2023
Na kroužky a kurzy se můžete hlásit během celého roku.



	Kroužek	Kontakt	Den a čas a místo konání			Cena
Pohybové kroužky a kurzy	Cvičení dětí s rodiči - ve věku od 1 roku do 3 let - děti jsou rozděleny do jednotlivých skupin podle věku	Lektorka: Martina Götzová e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Pondělí	9,00 - 9,50 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 50 minut (1 lekce / 80,-- Kč)
			Úterý	10,00 - 10,50 hod.		
			Pátek	11,00 - 11,50 hod.		
	Cvičení miminek dětí od 3 měsíců do 1 roku	Kontakt: Petra Kyselková e-mail: kyselkovapetra@seznam.cz telefon: 777 572 342	Středa	8,30 - 12,15 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1275,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 30 až 45 minut (1 lekce / 85,-- Kč)
	Atletika pro děti od 5 do 7 let	Lektorka: Jana Kahounová e-mail: jana.kahounova@seznam.cz telefon: 603 594 740	Středa	16,00 - 17,00 hod.	Tělocvična ZŠ Jiráskova, BN	Cena za kurz dle počtu lekcí (1 lekce / 95,-- Kč)
	Minisportovky pro děti od 3 do 5 let	Lektorka: Martina Götzová e-mail: gotmartina@seznam.cz telefon: 739 636 981	Pondělí	14,45 - 15,35 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,-- Kč / 15 lekcí - 1 lekce / 50 minut (1 lekce / 80,-- Kč)
			Čtvrtek	15,00 - 15,50 hod. 16,00 - 16,50 hod.		
	Okinawské karate stylu Shorin – ryu pro děti a dospělé 6 - 99 let	Lektoři: Martin Křáp a Eva Pallová e-mail: martinkrap@seznam.cz 774 306 007 Pallová, 777 306 002 Křáp	Pondělí a středa	18,00 - 19,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	900,--Kč / za 2 měsíce - rodinný příslušník 50% sleva - tréninky 2x týdně
	Bojové hry a sebeobrana pro děti od 5 do 15 let	Lektoři: Martin Křáp a Eva Pallová e-mail: martinkrap@seznam.cz 774 306 007 Pallová, 777 306 002 Křáp	Středa	17,00 - 18,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	600,--Kč / za 2 měsíce - sourozenec 50% sleva
	Okinawan karate-do Goju ryu pro děti a dospělé 6 - 99 let	Lektorka: Katka Šmídmajerová e-mail: katka.smidmajerova@atlas.cz telefon: 605 754 783	Čtvrtek	17,00 - 19,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	2410,--Kč / celý rok - rodinný příslušník sleva
	Veselé tancování pro děti od 3 do 5 let	Lektorka: Lenka Veselá e-mail: lstovick@seznam.cz telefon: 723 049 513	Čtvrtek	14,0 – 15,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 80,-- Kč)
	Tanečky pro kluky i holčičky pro děti od 2 do 7 let	Lektorka: Irena Brejchová irena.brejchova@email.cz telefon: 777 791 794	Středa	15,00 - 16,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200,--Kč / 15 lekcí (1. lekce / 50 minut / 80,-- Kč)
		16,00 - 17,00 hod.				
	Salsa pro začátečníky a pokročilé pro páry i jednotlivce, věk neomezen	Lenka Veselá, Miroslav Pokorný e-mail: l.stovick@seznam.cz, mpokorny@seznam.cz telefon: 723 049 513 Veselá Lenka	Neděle	19,00 - 20,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	100,--Kč za lekci / jednotlivé lekce
				20,00 - 21,00 hod.		
Kurz zdravá záda pro dospělé	Lektorka: Václava Kubánková e-mail: vaclava.kubankova@volny.cz telefon: 731 003 785	Čtvrtek	19,00 - 20,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1500,-- Kč / 12 lekcí	

	Zdravotní cvičení pro dospělé - cviky zaměřené na bolesti krční a bederní páteře	Lektorka: Václava Kubánková e-mail: vaclava.kubankova@volny.cz telefon: 731 003 785	Neděle	18,00 - 19,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1500,-- Kč / 15 lekcí kurz nebo 90,--Kč za jednotlivé lekce
	Břišní tanec pro dospělé (od 15 let a více)	Lektorka: Zuzana Jirotová e-mail: jirotova.zuzana@gmail.com telefon: 721 826 828	Pondělí	19,30 - 20,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1000,- Kč / 10 lekcí kurz nebo 130,- za jednotlivé lekce
	Jemná hatha jóga od 15 do 100 let	Lektorka: Dominika Potužáková e-mail: potuzak.dom@gmail.com telefon: 777 293 514	Úterý	18,00 - 19,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1600,- Kč / 10 lekcí kurz nebo 180,- za jednotlivé lekce
	Wellness jóga / pilates vhodné pro kohokoli od 12 let a dále	Lektorka: Ivona Pobežalová e-mail: ivona@pilates-power-joga.cz telefon: 605 432 591	Úterý	14,00 - 15,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	240,- Kč / za lekci při kurzovním 300,- Kč / za jednotlivou lekci
			Pátek	7,50 - 8,50 hod.		
	Relaxační jóga vhodné pro kohokoli od 12 let a dále	Lektorka: Ivona Pobežalová e-mail: ivona@pilates-power-joga.cz telefon: 605 432 591	Čtvrtek	20,00 – 21,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	240,- Kč / za lekci při kurzovním 300,- Kč / za jednotlivou lekci
Jóga - jógové cvičení vhodné pro kohokoli bez rozdílu věku	Lektorka: Hana Zákostelná e-mail: zakostelnahana@seznam.cz telefon: 728 614 316	Pondělí	16,45 - 18,00 hod	Tělocvična MC Hvězdička	kurzovní podle počtu lekcí za pololetí / 80,--Kč za lekci	
Vzdělávací, hudební, tvořivé a divadelní kurzy	Předporodní kurzy pro těhotné	Lektorky: Mgr. Iva Sedláčková, Dis. Petra Řezníčková e-mail: doubrapetra@seznam.cz telefon: 605 784 945	Sobota	15,00 - 17,30 hod.	Herna MC Hvězdička	700,--Kč za kurz (kurz 2. lekce po 2,5 hodinách) 900,--Kč za kurz s doprovodem
	Grafomotorika vhodné pro předškoláky	Lektorka: Iveta Čadková Oriničová e-mail: hvezdicka.grafo@email.cz telefon: 724 575 282	Středa	16,30 - 18,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1610,-- Kč / za kurz / 9 lekcí 1 lekce 30 minut individuální lekce v počtu 1 až 2 děti
	Školička - hlídání dětí se školkovým programem pro děti od 2,5 do 4 let (dle domluvy i mladší / starší)	Lektorka: Blanka Škorpová e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930	Úterý	8,00 - 12,00 hod.	Herna MC Hvězdička	300,--Kč / 1 dopoledne - hlídání dětí se „školkovým programem“
			Středa			
			Čtvrtek			
	Hra na flétnu pro děti od 4 do 12 let s rodiči	Lektorka: Jana Šeborová e-mail: jeane.ni@seznam.cz telefon: 739 051 711	Pátek	14,00 - 15,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1.250,-- Kč /15 lekcí (1 lekce / 50 minut)
	15,00 - 16,00 hod.					
	16,00 - 17,00 hod.					
	17,00 - 18,00 hod.					
Hrajeme si na divadlo pro děti od 3 do 13 let	Lektorka: Iva Sadílková e-mail: iva.sadilkova@gmail.com telefon: 602 887 959	Úterý	15,45 – 16,45 hod.	Herna MC Hvězdička	1200,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 80,-- Kč)	
Arte hraní pro děti od 3 do 6 let a od 6 do 11 let	Lektorka: Karolína Pokorná e-mail: pokorna.karolina@atlas.cz telefon: 724 855 313	Čtvrtek	16,00 - 17,00 hod.	Herna MC Hvězdička	1500,-- Kč / 15 lekcí (výtvarný materiál v ceně)	
			17,00 - 18,00 hod.			

Jazykové kurzy	Angličtina pro dospělé - věční začátečníci, mírně pokročilí, pokročilí.	Lektorky: Ing. Magda Škvorová Kontakt pro přihlašování: e-mail: skorpici@seznam.cz telefon: 731 197 930	Úterý	19,00 - 20,00 hod.	Učebna jazykovky	od 6 studentů ve skupině 100,-Kč/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší.	
			Středa	8,30 - 9,30 hod.			
			Čtvrtek	18,30 - 19,30 hod.			
	Francouzština pro dospělé	Lektorka: Zuzana Tyrnerová e-mail: ztyrnerova@seznam.cz telefon: 603 905 225	Středa	19,00 - 20,00 hod.		Herna MC Hvězdička / online	1.000,-- Kč /10 lekcí (od 7 studentů 100,-/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší)
	Němčina pro dospělé a studenty	Lektorka: Zuzana Tyrnerová e-mail: ztyrnerova@seznam.cz telefon: 603 905 225	Úterý	18,00 - 19,00 hod.		Herna MC Hvězdička / online	1.000,-- Kč /10 lekcí (od 7 studentů 100,-/1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší)
Středa			17,00 - 18,00 hod.				
			18,00 - 19,00 hod.				

Hernička - přijďte si k nám s dětmi pohrát.	Pátek 9,00 – 11,00 hod. - můžete přijít bez předchozího přihlašování	Cena za herničku 100,-- Kč / 2 hod. / za rodinu. Herna MC Hvězdička	V rámci herničky možnost hlídání dětí věk dětí neomezen cena za hlídání 100,- Kč / 1hod.	V jiné dny a časy možnost návštěvy herničky soukromě rodinně nebo s kamarády. Cena za herničku 200,- Kč / za hodinu.
---	--	---	---	---

Prostory pro DĚTSKÉ OSLAVY, pro pohrání, pro pohybové hry s kamarády nebo rodinně v Herně nebo v Tělocvičně.
 Informace a rezervace Martina Götzová, e-mail: gotmartina@seznam.cz, telefon: 739 636 981. Kdy: pátek, sobota, neděle (jiné dny dle domluvy).
 Cena za dětskou oslavu: 800,- nebo 1000,- Kč /den. Cena za pohrání, pohybové hry 200,- nebo 300,- Kč / hod.

Raná péče v Benešově	Každé sudé pondělí 9,00 – 15,00 hod.	Na herně MC Hvězdička Služba je poskytována bezplatně.	Kontaktní údaje: PhDr. Jiroušková Radka tel.: 731 156 769, e-mail: jirouskovaradka@tloskov.cz
-----------------------------	--	--	--

Služba rané péče je zaměřena na podporu rodiny a podporu vývoje dítěte raného věku s ohroženým vývojem, mentálním, tělesným či kombinovaným postižením.

Podpůrná skupina kojení - setkávání maminek s dětmi	Každé liché pondělí 14,00 – 16,00 hod.	Na herně MC Hvězdička Vstupné 100,- Kč / 2 hod.	Kontaktní údaje: Pejřimovská Michaela tel.: 704 264 442, e-mail: pejka@zenamamou.cz
---	--	---	--

Mateřské centrum Hvězdička má dvoje prostory HERNU A TĚLOCVIČNU.

HERNA sídlí v budově Piaristické koleje, Masarykovo náměstí 1, Benešov (vchod je hned vedle kostela Sv. Anny naproti České spořitel.)
TĚLOCVIČNA sídlí v budově Jednoty Coop, Bezručova 1064, Benešov (v 1. patře nad prodejnou).

Aktuální přehled kroužků a kurzů a další informace o připravovaných akcích získáte na www.hvezdicka.info
 Informace vám také rádi poskytneme na: hvezdicka@hvezdicka.info, 739 636 981 Martina Götzová, 731 197 930 Blanka Škorpová,