



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
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	1350,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 50 minut)
		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	1425,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 30 až 45 minut)
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 kurzu 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	14,30- 15,20hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1350,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 50 minut)
		Čtvrtek	15,30 - 16,20 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	14,00 - 15,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1360,-- Kč / 15 lekcí
Tanečky pro kluky i holičky pro děti od 2 do 7 let	Lektorka: Irena Brejchová email: tanecky.isis@seznam.cz telefon: 777 791 794	Středa	15,00 - 16,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1350,--Kč / 15 lekcí (1. lekce / 50 minut)
			16,00 - 17,00 hod.		
Salsa pro začátečníky a pokročilé pro páry i jednotlivce, věk neomezen	Lektorka: Lenka Veselá e-mail: l.stovick@seznam.cz telefon: 723 049 513	Neděle	19,00 - 20,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	100,--Kč za lekci / jednotlivé lekce
			20,00 - 21,00 hod.		

Pohybové kroužky a kurzy

	SM systém - rehabilitační metoda, - pro všechny věkové kategorie	Lektorka: Dáša Hlavníčková e-mail: dagy.filip@seznam.cz telefon: 605 997 991	Čtvrtek	18,30 – 19,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1500,-- Kč / 10 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
	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	15,00 - 16,00 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 / 100,--Kč za lekci
Vzdělávací, hudební, tvořivé a divadelní kurzy	Předporodní kurzy pro těhotné	Lektorky: 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	Čtvrtek	17,00 - 18,00 hod.	Herna MC Hvězdička	2110,-- Kč / za kurz / 9 lekcí 1 lekce 30 minut individuální lekce v počtu 1 až 2 děti
	Školička - hlídání dětí se školovým 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	350,--Kč / 1 dopoledne
			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	1.510,-- 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	1360,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 90,-- Kč)	
Kreativní malování pro děti od 4 do 9 let	Kontakt: Milena Križková e-mail: krizkom@seznam.cz telefon: 732 678 198	Úterý	14,00 - 15,30 hod.	Herna MC Hvězdička	2250,-- Kč / 15 lekcí (1 lekce / 90 minut / výtvarný materiál v ceně)	
		Čtvrtek	14,00 - 15,30 hod.			
			15,30 - 17,00 hod.			

Jazykové kurzy	Angličtina pro dospělé - mírně pokročilí, středně 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 120,-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 150,- Kč / 1hod.	V jiné dny a časy možnost návštěvy herničky soukromě rodinně nebo s kamarády. Cena za herničku 250,- 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: 1000,- Kč /den. Cena za pohrání, pohybové hry 250,- nebo 350,- 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.

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,