



# Mateřské centrum Hvězdička



## Přehled kroužků a kurzů pro děti a dospělé na školní rok 2025/2026.

Na kroužky a kurzy se můžete hlásit během celého roku.

Kroužek		Kontakt	Den a čas a místo konání			Cena
Pohybové kroužky a kurzy	<b>Cvičení dětí s rodiči</b> pro děti od 1 roku do 3 let děti jsou rozděleny do skupin podle věku	Martina Götzová gotmartina@seznam.cz 739 636 981	Pondělí	9,00 - 9,50 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1500 Kč / 15 lekcí 1 lekce / 50 minut
			Středa	10,00 - 10,50 hod.		
			Pátek	11,00 - 11,50 hod.		
	<b>Cvičení miminek</b> pro děti od 3 měsíců do 1 roku děti jsou rozděleny do skupin podle věku	Petra Kyselková kyselkovapetra@seznam.cz 777 572 342	Úterý	8,30 - 13,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1575 Kč / 15 lekcí 1 lekce / 30 až 45 minut
	<b>Atletika</b> pro děti od 5 do 7 let	Jana Kahounová jana.kahounova@seznam.cz 603 594 740	Středa	16,00 - 17,00 hod.	Tělocvična ZŠ Jiráskova, BN	cena kurzu dle počtu lekcí 1 lekce / 100 Kč kurz 10 až 15 lekcí
	<b>Minisportovky</b> pro děti od 3 do 5 let děti jsou rozděleny do skupin podle věku	Martina Götzová gotmartina@seznam.cz 739 636 981	Pondělí	14,30 - 15,20hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1500 Kč / 15 lekcí 1 lekce / 50 minut
				15,30 - 16,20 hod.		
			Čtvrtek	15,00 - 15,50 hod. 16,00 - 16,50 hod.		
	<b>Okinawské karate stylu Shorin - ryu</b> pro děti a dospělé od 6 let	Martin Křáp a Eva Pallová martinkrap@seznam.cz 774 306 007 Pallová Eva 777 306 002 Křáp Martin	Pondělí a středa	18,00 - 19,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1200 Kč / za 2 měsíce tréninky 2x týdně rodinný příslušník 50% sleva ukázkové lekce ZDARMA
	<b>Okinawan karate do Goju ryu</b> pro děti a dospělé od 6 let	Katka Šmídmajerová katka.smidmajerova@atlas.cz telefon: 605 754 783	Čtvrtek	17,00 - 18,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	2800 Kč / celý rok rodinný příslušník sleva
<b>Veselé tancování</b> pro děti od 3 do 5 let	Lenka Veselá lstovick@seznam.cz 723 049 513	Úterý	16,00 - 17,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1510 Kč / 15 lekcí	
<b>Salsa pro dospělé / mírně pokročilí / pokročilí pro páry i jednotlivce</b>	Lenka Veselá l.stovick@seznam.cz 723 049 513	Neděle	19,00 - 20,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	120 Kč za lekci / jednotlivé lekce	
<b>SM systém</b> pro dospělé / jen pokročilí	Dáša Hlavničková dagy.filip@seznam.cz 605 997 991	Čtvrtek	18,30 – 19,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1800 Kč / 10 lekcí	
<b>Pilates fyzio s prvky jógy</b> pro dospělé / začátečníci / pokročilí	Jana Benešová j.kamenikova@seznam.cz 736 529 400	Středa	17,00 - 18,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	150 Kč / za lekci při kurzovním 200 Kč / za jednotlivou lekci	
<b>Zdravotní tělesné cvičení</b> pro dospělé / začátečníci / pokročilí	Olga Janoušková ztv.olga@centrum.cz 603 936 748	Úterý	18,00 - 19,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	225 Kč / za lekci při kurzovním 300 Kč / za jednotlivou lekci 1 lekce / 90 minut	
			19,30 - 21,00 hod.			

	<b>Core jóga</b> pro dospělé / začátečníci / pokročilí	Ivona Šulcová (Pobežalová) ivonajoga@gmail.com 605 432 591	Úterý	15,00 - 16,00 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	300 Kč / za lekci při kurzovním 350 Kč / za jednotlivou lekci ukázková lekce ZDARMA možnost náhrady na dalších kurzech
	<b>Večerní relax jóga</b> pro dospělé / začátečníci / pokročilí	Ivona Šulcová (Pobežalová) ivonajoga@gmail.com 605 432 591	Čtvrtek	19,30 – 20,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	300 Kč / za lekci při kurzovním 350 Kč / za jednotlivou lekci
	<b>Jóga – jógové cvičení</b> pro dospělé / začátečníci / pokročilí	Hana Zákostelná zakostelnahana@seznam.cz 728 614 316	Pondělí	16,40 - 17,50 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1770 Kč / 16 lekcí 1 lekce / 70 minut
	<b>Jóga – jógová terapie</b> pro dospělé / začátečníci / pokročilí	Markéta Janochová marketajanochova@centrum.cz 602 692 366	Pondělí	17,00 - 18,30 hod.	Herna MC Hvězdička	2400 Kč / 12 lekcí, 1 lekce / 90 min. 250 Kč / za jednotlivé lekce 200 Kč / za lekci při kurzovním
	<b>Jóga pro pánevní dno</b> pro dospělé / začátečníci / pokročilí	Markéta Janochová marketajanochova@centrum.cz 602 692 366	Pátek	15,00 - 16,30 hod.	Herna MC Hvězdička	2400 Kč / 12 lekcí, 1 lekce / 60 min. 250 Kč / za jednotlivé lekce 200 Kč / za lekci při kurzovním
	<b>Strollering / mateřská v pohybu – venku</b> <b>Cvičení maminek za přítomnosti dětí - herna</b>	Jarešová Dana d.jaresovava@centrum.cz 728 637 917	Pondělí	16,00 - 17,30 hod.	Herna MC Hvězdička	80 Kč / 1 lekce / 90 minut
	<b>Zumba</b> pro dospělé	Cermanová Lucie cermanovalucie82@seznam.cz 605 041 722	Pondělí	19,30 - 20,30 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1500 Kč / 10 lekcí
<b>Vzdělávání, tvořivost a hudba</b>	<b>Hudebníček</b> pro děti od 2 do 4 let	Hana Špoulová, 608 202 292 hankabucharova@seznam.cz	Středa	15,00 – 15,50 hod.	Tělocvična MC Hvězdička	1950 Kč / 13 lekcí 1 lekce / 50 min
	Čtvrtek		14,00 – 14,50 hod.			
	<b>Školička / příprava na školku</b> pro děti od 2,5 do 4 let dle domluvy mladší / starší děti	Blanka Škorpová skorpici@seznam.cz 731 197 930	Úterý	8,00 - 12,00 hod.	Herna MC Hvězdička	450 Kč / 1 dopoledne
	Středa					
	Čtvrtek					
	<b>Múzohraníčko</b> pro děti od 4 let	Eva Nekvasilová, 734 860 808 eva@nekvasilova.com	Středa	15,00 – 16,00 hod.	Herna MC Hvězdička	2175 Kč / 15 lekcí 1 lekce / 60 minut
	<b>Kreativní malování</b> pro děti od 4 do 9 let	Milena Křížková krizkom@seznam.cz 732 678 198	Úterý	14,00 - 15,30 hod.	Herna MC Hvězdička	2550 Kč / 14 lekcí 1 lekce / 90 minut / materiál v ceně
Čtvrtek	14,00 - 15,30 hod.					
	15,30 - 17,00 hod.					
<b>Výroba hraček z recyklovaného kartonu – pro děti od 4 do 10 let</b>	Lenka Peterková vyrabimezkarton@gmail.com 725 439 504	Úterý 1x za měsíc	16,00 - 17,30 hod.	Herna MC Hvězdička	350 Kč / 1 lekce / 90 min. materiál v ceně	
<b>Angličtina pro děti</b> pro děti od 4 do 5 let	Aneta Jindrová jindrova.anglictina@seznam.cz 736 208 578	Úterý	14,00 - 14,50 hod	Tělocvična MC Hvězdička	2090 Kč / 13 lekcí 1 lekce / 50 min, max. 12 dětí ve skupině	

<b>Angličtina pro dospělé</b>	Blanka Škorpová skorpici@seznam.cz 731 197 930	Úterý	19,00 - 20,00 hod.	Učebna jazykovky	120 Kč / 1 lekce od 6 studentů, při nižším počtu studentů je cena vyšší, kurz 17 až 20 lekcí
		Středa	8,30 - 9,30 hod.		
		Čtvrtek	18,15 - 19,15 hod.		
<b>Němčina pro dospělé a starší děti</b>	Zuzana Tyrnerová ztyrnerova@seznam.cz	Středa	17,00 - 18,00 hod.	online	1.100 Kč /10 lekcí od 7 studentů 110,- / 1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší
		Čtvrtek	17,00 - 18,00 hod.		
<b>Francouzština pro dospělé a starší děti</b>	Zuzana Tyrnerová ztyrnerova@seznam.cz 603 905 225	Úterý	17,00 - 18,00 hod.	online	1.100 Kč /10 lekcí od 7 studentů 110,- / 1 lekce, při nižším počtu studentů je cena vyšší
		Středa	18,00 - 19,00 hod.		
<b>Předporodní kurzy pro těhotné</b>	Petra Řezníčková doubrapetra@seznam.cz 605 784 945	Sobota	15,00 - 17,30 hod.	Herna MC Hvězdička	700 Kč za kurz 2.lekce po 2,5 hod. 900 Kč za kurz s doprovodem
<b>Meditace pro ženy bez rozdílu věku</b>	Marcela Kovářiková macias@seznam.cz 736 455 769	Neděle	9,00 – 12,00 hod.	Herna MC Hvězdička	900 Kč / jedno setkání 2500 / balíček - 3 setkání

<b>Hernička</b> přijďte si k nám s dětmi společně pohrát	<b>Pátek 9,00 - 11,00 hod.</b> můžete přijít bez přihlašování	<b>Cena za herničku / 2 hod.</b> 150 Kč za dítě + 50 další dítě od 1 roku	Informace: Blanka Škorpová skorpici@seznam.cz, 731 197 930
---	--	--	---

### Prostory pro DĚTSKÉ OSLAVY 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: 1300 / 1500 Kč /den.

### Aktuální přehled kroužků a kurzů a další informace o připravovaných akcích získáte na [www.hvezdicka.info](http://www.hvezdicka.info)

Informace vám také rádi poskytneme na: [hvezdicka@hvezdicka.info](mailto:hvezdicka@hvezdicka.info), 739 636 981 Martina Götzová, 731 197 930 Blanka Škorpová.

**Raná péče v Benešově,**  
každé sudé pondělí 9,00 – 15,00 hod.  
Služba je poskytována bezplatně.

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

**Na herně MC Hvězdička**

Kontaktní údaje: PhDr. Jiroušková Radka  
tel.: 731 156 769, e-mail:  
[jirouskovaradka@tloskov.cz](mailto:jirouskovaradka@tloskov.cz)

**Mateřské centrum Hvězdička má dvoje prostory HERNU A TĚLOCVIČNU. HERNA** sídlí v budově Piaristické koleje, Masarykovo náměstí 1, Benešov / vchod je vedle kostela Sv. Anny. **TĚLOCVIČNA** je v budově Jednoty Coop, Bezručova 1064, Benešov.