



Jizerská 4, 370 11 České Budějovice

**ZÁŘÍ 2024**

| SOBOTA  |                      |   |
|---|----------------------|---|
| NEDĚLE  |                      |   |
| <b>PO 2. 9.</b><br>Klub Aktiv, z. s.            | <b>15:00 – 18:00</b> | <b>„Glorieta“</b><br>– Country tance II. - lektorka <b>pí Kremlová</b>                |
| <b>ÚT 3. 9.</b><br>ZO SPCCH České<br>Budějovice | <b>9:00 – 10:00</b>  | <b>„Cvičení s gymnastickým míčem“</b><br>– lektorka <b>Marie Marešová</b>             |
| Klub Aktiv, z. s.                               | <b>10:30 – 12:30</b> | <b>„Tancem pro zdraví a proti stresu“</b><br>– lektori <b>pí Faltysová a p. Postl</b> |
| Magistrát města<br>Č. Budějovice                | <b>13:30 – 20:30</b> | <b>„Neveřejné aktivity Odboru sociálních<br/>věcí MMCB“</b>                           |
| <b>ST 4. 9.</b><br>ZO SPCCH České<br>Budějovice | <b>10:00 – 11:00</b> | <b>„Cvičení s gymnastickým míčem“</b><br>– lektorka <b>Marie Marešová</b>             |

|   |               |   |
|---|---------------|---|
| MŠ Jizerská   | 14:45 – 15:45 | „Mateřská škola Jizerská“   |
| <b>ČT 5. 9.</b><br>Magistrát města<br>Č. Budějovice | 12:30 – 20:30 | „Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“                        |
| <b>PÁ 6. 9.</b><br>Klub Aktiv, z. s.                | 9:00 – 12:00  | „Glorieta“<br>– Country tance I. - lektorka pí Kremlová                 |
| Senioři ČR, z. s.                                   | 14:00 – 17:00 | „Stolní tenis“ – přátelská utkání                                       |
| <b>SOBOTA</b>                                       |               |   |
| <b>NEDĚLE</b>                                       |               |   |
| <b>PO 9. 9.</b><br>Klub Aktiv, z. s.                | 15:00 – 18:00 | „Glorieta“<br>– Country tance II. - lektorka pí Kremlová                |
| <b>ÚT 10. 9.</b><br>ZO SPCCH České<br>Budějovice    | 9:00 – 10:00  | „Cvičení s gymnastickým míčem“<br>– lektorka Marie Marešová             |
| Klub Aktiv, z. s.                                   | 10:30 – 12:30 | „Tancem pro zdraví a proti stresu“<br>– lektoři pí Faltysová a p. Postl |
| Magistrát města<br>Č. Budějovice                    | 13:30 – 20:30 | „Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“                        |
| <b>ST 11. 9.</b><br>ZO SPCCH České<br>Budějovice    | 10:00 – 11:00 | „Cvičení s gymnastickým míčem“<br>– lektorka Marie Marešová             |

|   |               |   |
|---|---------------|---|
| Magistrát města<br>Č. Budějovice              | 11:15 – 13:15 | „Country a Line Dance“<br>– pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová       |
| MŠ Jizerská                                   | 14:45 – 15:45 | „Mateřská škola Jizerská“   |
| ČT 12. 9.<br>Magistrát města<br>Č. Budějovice | 10:00 – 12:00 | „Naam jóga“<br>– lektorka Šárka Laura Tůmová                            |
|   | 12:30 – 20:30 | „Neveřejné aktivity Odboru sociálních<br>věcí MMCB“                     |
| PÁ 13. 9.<br>Klub Aktiv, z. s.                | 9:00 – 12:00  | „Glorieta“<br>– Country tance I. - lektorka pí Kremlová                 |
| Senioři ČR, z. s.                             | 14:00 – 17:00 | „Stolní tenis“ – přátelská utkání                                       |
| <b>SOBOTA</b>                                 |               |   |
| <b>NEDĚLE</b>                                 |               |   |
| PO 16. 9.<br>Klub Aktiv, z. s.                | 15:00 – 18:00 | „Glorieta“<br>– Country tance II. - lektorka pí Kremlová                |
| ÚT 17. 9.<br>ZO SPCCH České<br>Budějovice     | 9:00 – 10:00  | „Cvičení s gymnastickým míčem“<br>– lektorka Marie Marešová             |
| Klub Aktiv, z. s.                             | 10:30 – 12:30 | „Tancem pro zdraví a proti stresu“<br>– lektoři pí Faltysová a p. Postl |

|  |               |   |
|--|---------------|---|
| Magistrát města<br>Č. Budějovice                     | 14:00 – 20:30 | „Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“                  |
| <b>ST 18. 9.</b><br>ZO SPCCH České<br>Budějovice     | 10:00 – 11:00 | „Cvičení s gymnastickým míčem“<br>– lektorka Marie Marešová       |
| Magistrát města<br>Č. Budějovice                     | 11:15 – 13:15 | „Country a Line Dance“<br>– pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová |
| MŠ Jizerská  | 14:45 – 15:45 | „Mateřská škola Jizerská“   |
| <b>ČT 19. 9.</b><br>Magistrát města<br>Č. Budějovice | 12:30 – 20:30 | „Neveřejné aktivity Odboru sociálních věcí MMCB“                  |
| <b>PÁ 20. 9.</b><br>Klub Aktiv, z. s.                | 9:00 – 12:00  | „Glorieta“<br>– Country tance I. - lektorka pí Kremlová           |
| Senioři ČR, z. s.                                    | 14:00 – 17:00 | „Stolní tenis“ – přátelská utkání                                 |
| <b>SOBOTA</b>  |               |   |
| <b>NEDELE</b>  |               |   |
| <b>PO 23. 9.</b><br>Klub Aktiv, z. s.                | 15:00 – 18:00 | „Glorieta“<br>– Country tance II. - lektorka pí Kremlová          |
| <b>ÚT 24. 9.</b><br>ZO SPCCH České<br>Budějovice     | 9:00 – 10:00  | „Cvičení s gymnastickým míčem“<br>– lektorka Marie Marešová       |

|  |               |   |
|--|---------------|---|
| Klub Aktiv, z. s.                                    | 10:30 – 12:30 | „Tancem pro zdraví a proti stresu“<br>– lektoři pí Faltysová a p. Postl   |
| Magistrát města<br>Č. Budějovice                     | 13:30 – 20:30 | „Neveřejné aktivity Odboru sociálních<br>věcí MMCB“   |
| <b>ST 25. 9.</b><br>ZO SPCCH České<br>Budějovice     | 10:00 – 11:00 | „Cvičení s gymnastickým míčem“<br>– lektorka Marie Marešová   |
| Magistrát města<br>Č. Budějovice                     | 11:15 – 13:15 | „Country a Line Dance“<br>– pro pokročilé, lektorka M. Hejtmanová   |
| MŠ Jizerská  | 14:45 – 15:45 | „Mateřská škola Jizerská“   |
| <b>ČT 26. 9.</b><br>Magistrát města<br>Č. Budějovice | 8:30 – 12:00  | „Kosmetika, pedikúra, manikúra,<br>kadeřnictví“<br>- návštěva studentů ze STŘEDNÍ ŠKOLY<br>OBCHODNÍ, České Budějovice, Husova 9<br>- Nutnost rezervace - informace v KS Jizerka |
|  | 12:30 – 20:30 | „Neveřejné aktivity Odboru sociálních<br>věcí MMCB“   |
| <b>PÁ 27. 9.</b><br>Klub Aktiv, z. s.                | 9:00 – 12:00  | „Glorieta“<br>– Country tance I. - lektorka pí Kremlová   |
| Senioři ČR, z. s.                                    | 14:00 – 17:00 | „Stolní tenis“ – přátelská utkání   |
| <b>SOBOTA</b>  |               |   |

## NEDELE

**PO 30. 9.**  
Klub Aktiv, z. s.

15:00 – 18:00

**„Glorieta“**  
– Country tance II. - lektorka **pí Kremlová**

Změna programu vyhrazena.

Pro změnu programu a aktuální informace sledujte

[www.rodina.c-budejovice.cz](http://www.rodina.c-budejovice.cz)

[www.facebook.com/KomunitnicentrumMaj](https://www.facebook.com/KomunitnicentrumMaj)

PŘIHLASTE SE DO PROJEKTU

# SENIORSKÉ STARDANCE

## CASTINGY

2.9. ČESKÉ BUDĚJOVICE

3.9. PLZEŇ

4.9. LIBEREC

5.9. OSTRAVA

6.9. PRAHA

VÍCE INFORMACÍ NA [WWW.TANECPROVSECHNY.CZ/SENIORSKE-STARDANCE/](http://WWW.TANECPROVSECHNY.CZ/SENIORSKE-STARDANCE/)







# KOSMETIKA, PEDIKÚRA, MANIKÚRA, KADEŘNICTVÍ

**Návštěva studentů ze STŘEDNÍ ŠKOLY OBCHODNÍ,  
Husova 9, České Budějovice**

- |                  |         |                      |          |
|------------------|---------|----------------------|----------|
| • Manikúra       | 50,-    | • Epilace brada      | 40,- Kč  |
| • Masáž rukou    | zdarma  | • Epilace horní ret  | 40,- Kč  |
| • Lakování nehtů | 40,- Kč | • Úprava obočí       | 40,-Kč   |
| • Barvení obočí  | 45,- Kč | • Pedikúra Footlogix | 300,- Kč |
| • Barvení řas    | 50,- Kč | • Stříhání vlasů     | zdarma   |

**ČTVRTEK 26. září 2024, 8:30 - 12:00**

**Nutnost rezervace - informace v KS Jizerka**

**PRO SENIORY/KY VSTUP ZDARMA**



Klub seniorů  
**JIZERKA**

**KLUB SENIORŮ JIZERKA**  
Jizerská 4, **ČESKÉ BUDĚJOVICE**



**Ve spolupráci s Biografem Kotva Vás srdečně zveme do kina na film:**



## SENIOR KLUB v Biografu Kotva

4. ZÁŘÍ 2024 OD 14:30

Tereza Ramba

### zápisník alkoholičky

Tak pijí ženy

v kinech od 11. července 2024



18. ZÁŘÍ 2024 OD 14:30

FILM JIŘÍHO MÁDLA

## VLNY

V KINECH  
OD 15. SRPNA 2024



Pravidelná filmová projekce v Biografu Kotva.

Přijít může kdokoli, nepotřebujete žádné klubové kartičky či doklady.

Každou první a třetí STŘEDU v měsíci od 14:30

## Vstupné 100 Kč

[www.biografkotva.cz](http://www.biografkotva.cz)