



Program centra na LISTOPAD 2011

Kde nás najdete: Vrbovská ulice č.p. 28
Hořovice 268 01
VLS-starý zámek

Více informací najdete na www.horovacek.cz

Kontakt: e-mail: horovacek@horovacek.cz

Tel. 724 070 045 pí. Velvarská – Předsedkyně a koordinátorka MC

♦ CELODENNÍ PÉČE O DĚTI – VARIABILNÍ, MOŽNO PŮL DNE, CELÝ DEN, ALE I NA HODINKU ČI DVĚ...

Bližší informace: Kateřina Velvarská, předsedkyně MC Tel. 724 070 045

HERNA

Po – 16 – 18hod.

ČT – 16 – 18 hod

Dále herna variabilní, vždy uvedeno na webových stránkách a na fcb.

PONDĚLÍ

♦ POHYBOVÉ AKTIVITY PRO NEJMENŠÍ

děti od šestinedělí do půl roku a děti od 6 měsíců do 2 let

PŘIPRAVUJEME – bližší informace najdete na webových stránkách

♦ TAICHI

každé pondělí od 19.00 hod.

Lektor: Jan Červenka

ÚTERÝ

♦ MUZIKOTERAPIE PRO DĚTI 1-5 let (rodiče s dětmi)

od 10.00 - 10.45 hod.

Lektorka: Šárka Pexová

♦ VÝTVARNÁ DÍLNÍČKA VE SPOLUPRÁCI S VÝTVARNÝM RÁJEM PRO DĚTI

3-7 LET S MAMINKOU (BABIČKOU... - dítě tvoří s rodičem)

od 16.00 - 16.45 hod

Lektorka: Výtvarné tvoření pod vedením lektorky z Výtvarného ráje

1.11. Podzimní obrázek

8.11. Pavouček na zed'

15.11. Podtáček pod hrníček

22.11. Veselá dýně

29.11. Žabka Tužtička

Podrobné postupy najdete na internetu.

♦ BŘIŠNÍ TANCE

každé úterý

Začátečníci od 18.00 hod.

Pokročilí od 19.00 hod.

Lektorka: pí. Eliška Pavlíčková

Tel. 731 899 779

STŘEDA

♦ CVIČENÍ PRO ŽENY PO PORODU

každou středu 10 – 10.45 hod.

Lektorka: Mgr. Adéla Lančová

**NUTNO PŘEDEM OBJEDNAT VŽDY DO ÚTERÝ DO 18 HOD. NA
TEL. 732 802 345**

ČTVRTEK

♦ ODPOLEDNE PRO SOCIÁLNĚ SLABŠÍ RODINY

Každý čtvrtek od 16-18 hod.

PÁTEK

♦ CVIČENÍ PRO TĚHOTNÉ

každý pátek od 17,30 hod.

Lektorka: Mgr. Adéla Lančová

**NUTNO PŘEDEM OBJEDNAT VŽDY DO ČTVRTKA DO 18 HOD. NA
TEL. 732 802 345**

NEDĚDE

♦ REHABILITAČNĚ-KONDIČNÍ CVIČENÍ NA VELKÝCH MÍČÍCH

Každou neděli od 18.30 hod.

Délka programu: 60 min

Cvičitelka zdravotní tělesné výchovy II. stupně Olga Hůlová

**NUTNO PŘEDEM OBJEDNAT NA TEL. 724 070 045 (nejpozději do 12 hod.
v den cvičení)**

MIMOŘÁDNÉ AKCE V PROSTORÁCH MC HOŘOVÁČEK

RELAXAČNÍ, SPORTOVNÍ A REKONDIČNÍ MASÁŽE – MOŽNO PŘÍZPUSOBIT I PRO TĚHOTNÉ.

Termín po domluvě na telefonu 732 802 345 - Mgr. Adéla Lančová

SOBOTNÍ BLOK dne 5.11.2011 od 9-13hod. ČEKÁME MIMINKO - PŘÍPRAVA K PORODU A PÉČI O NOVOROZENCE

Přednášející: Mgr. Adela Lančová, cena za pár 350,- Kč

**NUTNO PŘEDEM OBJEDNAT NA TEL. 732 802 345,
nejpozději do 30.9.2011 do 15.00 hod.**

BLOK PRO RODIČE S MIMINKEM – kojení, manipulace (též nošení dětí v šátku a nosítku), masáže miminek aj.

Čtvrtek 17.11.2011 Od 10-12 hod.

Přednášející: Mgr. Adela Lančová

DALŠÍ AKCE A PŘEDNÁŠKY NAJDETE NA WEBOVÝCH STRÁNKÁCH

WWW.HOROVACEK.CZ

RYCHLÉ AKTUALITY A ZMĚNY TĚŽ NA:

<http://facebook.com/katerina.velvarska>