



Program centra na ZÁŘÍ 2011

Kde nás najdete: Vrbnovská 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

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) Začínáme 6.9.2011

od 10.00 - 10.45 hod.

Lektorka: Šárka Pexová

♦ BŘIŠNÍ TANCE

každé úterý **Začínáme 13.9.2011 všichni společně od 19 hod.**

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. **Začínáme 21.9.2011**

Lektorka: Mgr. Adéla Lančová

NUTNO PŘEDEM OBJEDNAT VŽDY DO ÚTERÝ DO 18 HOD. NA

TEL. 732 802 345

♦ REHABILITAČNĚ-KONDIČNÍ CVIČENÍ NA VELKÝCH MÍČÍCH

Každou středu od 18.30 hod. Cvičení bude opět pravidelně od 5.10!

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)

PÁTEK

♦ CVIČENÍ PRO TĚHOTNÉ Začínáme 23.9.2011

každý pátek od 17,30 hod.

Lektorka: Mgr. Adéla Lančová

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

MIMOŘÁDNÉ AKCE V PROSTORÁCH MC HOŘOVÁČEK

STŘEDA 14.9.2011 SPORTOVNÍ ODPOLEDNE Začátek v 15 hod. v zahradách restaurace Pesty Optimy, Pražská 904 (naproti poště) – vyhrazeno jen pro naši akci! Soutěže pro děti, velký skákací hrad, posezení u ohně, opékání špekáčků. Hudební doprovod na kytaru apod. vítán.

Akce je pořádána ve spolupráci s restaurací PestaOptima, Allianz pojišťovna, a.s., Zdravotní pojišťovny Metal-Aliance, Weber mlýn Hořovice, Nestlé Beba ČR

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

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

DALŠÍ AKCE A PŘEDNÁŠKY NAJDETE NA WEBOVÝCH STRÁNKÁCH WWW.HOROVACEK.CZ

PORAĎTE SE S HVĚZDAMI O VÝCHOVĚ DÍTĚTE - DĚTSKÉ HOROSKOPY

Přejete si poznat jaké je Vaše dítě podle hvězd? Odborná poradkyně Vám vypracuje horoskop.

Objednávky: Kateřina Velvarská, předsedkyně MC

Tel. 724 070 045

Nemáte kde oslavit narozeniny Vašich ratolestí?

MC Vám nabízí možnost pronájmu prostor pro dětské oslavy

Bližší informace: Kateřina Velvarská, předsedkyně MC

Tel. 724 070 045

Od října připravujeme:

♦ LATINSKOAMERICKÉ FITNESS (OBDOBA ZUMBY)

SOBOTNÍ BLOK dne 1.10.2011 od 9-13hod. ČEKÁME MIMINKO - PŘÍPRAVA K PORODU A PÉČI O NOVOROZENCE

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

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