

## Program Rodinného a komunitního centra

### NOVÁ TROJKA

**Kurzy a ateliéry pro rodiče s dětmi**  
rezervace a informace Helena, tel.: 774 644 974

**Kurzy pro předškoláky, školáky a dospělé**  
rezervace a informace Jolana, tel.: 603 416 724

#### Poradenství a mediace

rezervace a informace Jolana, tel.: 603 416 724

Nabízíme službu základního odborného poradenství:

Daně, finanční gramotnost a prevence, krizové poradenství, mediace, osobnostní rozvoj, péče o dítě v raném věku, poradna pro rodiče dětí se speciálními potřebami, poruchy učení a chování, právo, psychomotorický vývoj dítěte, sebezpečí pro ženy, sociálně právní ochrana dětí, výchova, výživa, zdraví dětí.

#### Vzdělávání

rezervace a informace Jolana, tel.: 603 416 724

Semináře, besedy, přednášky, workshopy.

#### Dobrovolníci

informace Helena, tel.: 774 644 974

Děkujeme všem dobrovolníkům, kteří věnují svůj čas, aby nám pomohli s chodem Nové Trojky i aktivitami pro naše klienty a komunitu.

#### Pro dobrovolníky připravujeme:

dobrovolnická setkání a tvoření, vzdělávání,  
Den pro dobrovolníky.

#### Tradiční akce

rezervace a informace Veronika, tel.: 732 200 198

Pořádáme tradiční rodinné akce, pyžámkové večírky pro děti,  
sportovní akce pro dospělé:

Advent v Nové Trojce, Čarodějnice v Zahradě, Den dětí, Den matek, Dobročinné burzy oblečení a potřeb pro děti, Karneval, Martinská světýlka, Mikuláš, Narozeniny Nové Trojky, Sportovní dopoledne, Tříkrálové dílny, Vánoční slavnost, Vánoční dílny, Velikonoční dílny, atd.

#### Chlapi friendly

Programy pro muže v rámci Tradičních akcí.



#### Příměstské tábory

Postaráme se o vaše děti v době letních, jarních i podzimních prázdnin.

Více na [www.nova-trojka.cz](http://www.nova-trojka.cz)

#### Podpořte nás.

Podpořit nás můžete na [darujme.cz](http://darujme.cz) - projekt Rodina je nejdí (www.darujme.cz/ projekt/1204350) nebo věcným darem, zapojením se do dobrovolnického týmu. Můžete nakupovat prostřednictvím portálu [givt.cz](http://givt.cz) nebo nám pomoci při hledání sponzorů.

Více informací Martina, tel.: 737 594 141.



## NOVÁ TROJKA

Rodinné a komunitní centrum

Jeseniova 19, Praha 3

Tel.: 222 589 404

email: [provoz@novatrojka.cz](mailto:provoz@novatrojka.cz)

[www.nova-trojka.cz](http://www.nova-trojka.cz)

IČ: 26594161

**Nová Trojka nabízí  
přátelský, bezpečný  
a inspirativní prostor  
pro celou rodinu.**

#### Informace k placení kurzů:

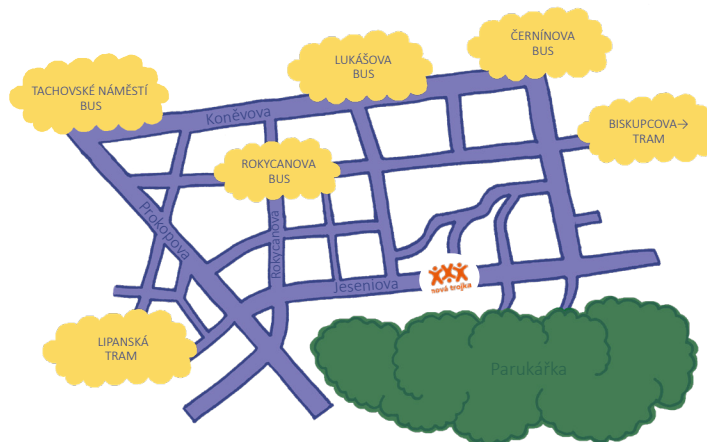
číslo účtu: 2600776004/2010, Fio banka

**Rezervace kurzů a pokyny k platbě:**

[nova-trojka.webooker.eu](http://nova-trojka.webooker.eu)



#### Spojení:



Podporují nás:



## PROGRAM ZÁŘÍ-ČERVEN

2024 - 2025



**KURZY A ATELIÉRY  
TRADIČNÍ AKCE  
DOBROVOLNICTVÍ  
BESEDY A SEMINÁŘE  
PORADENSTVÍ A MEDIACE  
PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY**



# PROGRAM NOVÉ TROJKY ZÁŘÍ-ČERVEN

## PONDĚLÍ

08.30-12.30	ŠKOLIČKA PRO UKRAJINSKÉ DĚTI KC OSTROMEČSKÁ od 2,5 let, 200 Kč/lekce	14.00-15.30	KERAMIKA pro ukrajinské děti od 8 let a pro rodiče s dětmi	17.00-18.00	VÝRAZOVÝ TANEC III od 6 let, začátečníci, 150 Kč/lekce
09.00-10.00	KRUHOVÝ TRÉNINK s přítomností dětí do 3 let, 185/200/215 Kč/lekce	15.00-16.00	VÝRAZOVÝ TANEC I od 9 let, pokročilí, 150 Kč/lekce	17.05-18.35	KERAMICKÝ ATELIÉR PRO RODIČE S DĚTMI cena dle počtu osob**
09.00-17.30	VOLNÁ HERNA 80 Kč/rodina	15.50-16.50	KERAMIKA PRO NEJMENŠÍ od 3 let, 130/150/165 Kč/lekce	18.30-19.30	VÝRAZOVÝ TANEC IV od 12 let, pokročilí, 150 Kč/lekce
10.05 -11.05	KRUHOVÝ TRÉNINK s přítomností dětí do 3 let, 185/200/215 Kč/lekce	16.00-17.00	VÝRAZOVÝ TANEC II od 12 let, mírně pokročilí, 150 Kč/lekce	18.40-20.40	KERAMIKA PRO DOSPĚLÉ 265/-/310 Kč/lekce
11.15 -12.15	POPORODNÍ JÓGA s přítomností dětí do 1,5 roku, 185/200/215 Kč/lekce	16.45-18.15	ATELIÉR VÝTVARNÝCH TECHNIK od 3 let, 175/220/230 Kč/lekce	19.15-20.15	BOOTCAMP - KOMPLEXNÍ TRÉNINK 100/120 Kč/lekce
				19.30-21.00	RELAXAČNÍ TANEC 200/-/240 Kč/lekce

## ÚTERÝ

08.30-12.30	ŠKOLIČKA KC OSTROMEČSKÁ od 2,5 let, 375/-/550 Kč/lekce	11.00-11.45	CVIČENÍ PRO RODIČE S DĚTMI (běžci) 2-3 roky, 150/170/190 Kč/lekce	16.45-17.45	SPORTOVNÍ ŠKOLIČKA 5-7 let, 130/150/165 Kč/lekce
08.45-09.45	RANNÍ JÓGOVÉ PROTAŽENÍ 130/150/165 Kč/lekce	13.30-14.30	KERAMIKA PRO MŠ JESENIOVA 4, 6 155 Kč/lekce	16.55-17.40	MUZICÍROVÁNÍ od 5 let, 130/150/165 Kč/lekce
09.00-17.30	VOLNÁ HERNA 80 Kč/rodina	14.30-16.00	KERAMIKA od 7 let, 200/220/240 Kč/lekce	17.45-19.15	KERAMICKÝ ATELIÉR PRO RODIČE S DĚTMI cena dle počtu osob**
10.00-10.45	CVIČENÍ PRO RODIČE S DĚTMI (lezci) 1-1,5 roku, 150/170/190 Kč/lekce	15.30-16.30	SPORTOVNÍ ŠKOLIČKA 3-5 let, 130/150/165 Kč/lekce	18.00-19.00	BODYSTYLING I 130/150/165 Kč/lekce
10.00-12.00	BESEDY A SEMINÁŘE 100 Kč/rodina	16.00-16.45	MUZICÍROVÁNÍ od 3 let, 130/150/165 Kč/lekce	19.05-20.05	BODYSTYLING II 130/150/165 Kč/lekce
10.30-12.00	KERAMICKÝ ATELIÉR PRO RODIČE S DĚTMI cena dle počtu osob**	16.10-17.40	KERAMIKA od 10 let, 200/220/240 Kč/lekce	19.30-21.30	KERAMIKA PRO DOSPĚLÉ 265/-/310 Kč/lekce

## STŘEDA

08.30-12.30	ŠKOLIČKA KC OSTROMEČSKÁ od 2,5 let, 375/-/550 Kč/lekce	13.30-14.30	KERAMIKA PRO MŠ JESENIOVA 4, 6 155 Kč/lekce	17.35-19.05	KERAMICKÝ ATELIÉR PRO RODIČE S DĚTMI cena dle počtu osob**
09.00-09.45	CVIČENÍ PRO RODIČE S DĚTMI (chodci) 1-1,5 roku, 150/170/190 Kč/lekce	14.30-16.00	KREATIV PRO DÍVKY od 8 let, 175/220/230 Kč/lekce	18.00-19.00	PILATES S FYZIOTERAPEUTKOU 130/150/165 Kč/lekce
09.00-11.00	BATOLÁTKA od 2 let, kombinovaný program, bez rezervace, 100 Kč/rodina	15.30-16.30	TANEČKY 3-4 roky, 130/150/165 Kč/lekce	19.00-21.00	DOBROVOLNICKÁ SETKÁNÍ A TVOŘENÍ
10.00-10.45	CVIČENÍ PRO RODIČE S DĚTMI (chodci) 1,5-2 roky, 150/170/190 Kč/lekce	16.00-17.30	KERAMIKA od 9 let, 200/220/240 Kč/lekce	19.05-20.05	PILATES PRO POKROČILÉ 130/150/165 Kč/lekce
11.00-11.45	CVIČENÍ PRO RODIČE S DĚTMI (běžci) 2-3 roky, 150/170/190 Kč/lekce	16.30-18.00	ARCHITEKT JUNIOR od 8 let, zdarma***	19.10-21.10	KERAMIKA PRO DOSPĚLÉ 265/-/310 Kč/lekce
11.00-17.30	VOLNÁ HERNA 80 Kč/rodina	16.45-17.45	TANEČKY 4-5 let, 130/150/165 Kč/lekce	20.10-21.25	HATHA JÓGA 130/150/165 Kč/lekce

## ČTVRTEK

07.00-08.00	BOOTCAMP - RANNÍ ROZCVIČKA 100/120 Kč/lekce	14.20-15.20	MUZIKÁLOVÉ HERECTVÍ B 7-12 let, info na www.detska-studia.com	16.45-17.45	MALÝ KUTIL od 6 let, 130/150/165 Kč/lekce
08.30-12.30	ŠKOLIČKA KC OSTROMEČSKÁ od 2,5 let, 375/-/550 Kč/lekce	15.30-16.15	MUZIKÁLOVÁ PŘÍPRAVKA 3-6 let, info na www.detska-studia.com	17.30-18.30	TEEN JÓGA 12-15 let, 130/150/165 Kč/lekce
09.00-09.45	CVIČENÍ PRO RODIČE S DĚTMI (chodci) 1,5-2 roky, 150/170/190 Kč/lekce	14.15-15.15	SMYSLOHRANÍ 3-5 let, 130/150/165 Kč/lekce	17.45-19.15	KERAMICKÝ ATELIÉR PRO RODIČE S DĚTMI cena dle počtu osob**
09.00-11.00	BATOLÁTKA PRO UKRAJINSKÉ RODINY kombinovaný program	14.20-15.50	KERAMIKA od 9 let, 200/220/240 Kč/lekce	18.30-19.30	LIGHT RUN PRO ŽENY 100/120 Kč/lekce
10.00-10.45	CVIČENÍ PRO RODIČE S DĚTMI (běžci) 2-3 roky, 150/170/190 Kč/lekce	15.30-16.30	MALÝ KUTIL od 4 let, 130/150/165 Kč/lekce	18.35-19.35	CVIČENÍ S FYZIOTERAPEUTKOU* 130/150/165 Kč/lekce
11.00-17.30	VOLNÁ HERNA 80 Kč/rodina	16.00-17.30	KERAMIKA od 5 let, 200/220/240 Kč/lekce	19.20-21.20	KERAMIKA PRO DOSPĚLÉ 265/-/310 Kč/lekce
11.15-12.15	SMYSLOHRANÍ pro rodiče s dětmi 1,5-3 roky, 150/170/190 Kč/lekce	16.30-17.30	JÓGA PRO DĚTI od 8 let, 130/150/165 Kč/lekce	19.40-20.40	POWERJÓGA 130/150/165 Kč/lekce

## PÁTEK

08.30-12.30	ŠKOLIČKA KC OSTROMEČSKÁ od 2,5 let, 375/-/550 Kč/lekce	10.15-11.00	MIMINKA II (lezci) 8-12 měsíců, 185/200/215 Kč/lekce	14.00-15.30	SPORTOVNÍ KÁMOŠI - zážitkový kurz od 8 let, zdarma***
09.00-13.00	VOLNÁ HERNA 80 Kč/rodina	11.15-12.00	MIMINKA I (nelezoucí) 3-8 měsíců, 185/200/215 Kč/lekce	16.00-18.00	TRADIČNÍ AKCE
09.15-10.00	MIMINKA III (batolata) 12-18 měsíců, 185/200/215 Kč/lekce	14.00-15.30	KERAMIKA pro ukrajinské děti od 8 let	18.00-09.30	PYŽÁMKOVÝ VEČÍREK pátek-sobota, hlídání dětí s programem

KYTARA, UKULELE, ZOBICOVÁ FLÉTNA, KLAVÍR den a čas dle dohody, individuální výuka, 2700 Kč/15 lekcí, rezervace Jolana, tel.: 603 416 724  
 CENY KURZŮ: je možné volit ze 3 možností (u některých kurzů ze 2 či 1), uvedeny jsou ceny za lekci: zakoupení celého kurzu (garantováno místo)/ zakoupení permanentky na 6 nebo 10 lekcí/jednorázový vstup (nutná rezervace)  
 CENA HERNY: pro rodinu účastníka kurzu platí v den konání kurzu zvýhodněná cena za vstup do herny: 30 Kč (pobyt možný po celou dobu provozu herny)

\* vhodné pro těhotné

\*\* cena keramických ateliérů pro rodiče s dětmi do 12 let: 1 dospělý + 1 dítě 2900 Kč, 1 dospělý + 2 děti 3500 Kč, 1 dospělý + 3 děti 4000 Kč/10 lekcí

\*\*\* spolufinancováno EU

I. pololetí začíná 9. 9. 2024 a končí 31. 1. 2025 nebo po vyčerpání daného počtu lekcí.

II. pololetí začíná 3. 2. 2025 nebo v závislosti na vyčerpání lekcí z I. pololetí.

Končí 13. 6. 2025.

Více informací na [www.nova-trojka.cz](http://www.nova-trojka.cz).



● KURZY PRO RODIČE S DĚTMI ● KURZY PRO DĚTI ● KURZY PRO DOSPĚLÉ ● HERNA