

POHYBOVÉ A JAZYKOVÉ KURZY V DOMĚ KULTURY ŠUMPERK PRO SEZÓNU 2018/2019

POHYBOVÉ KURZY PRO DOSPĚLÉ

ASHTANGA MYSORE JOGA

Úterý 6.30-8.00 h. Lektorka Petra Ungrová. **Zahájení 11.9.**
Kurzovné 900 Kč/15 lekcí nebo 70 Kč/1 lekcí.

BODYBUILDING

Pondělí 18.30-19.30 h. **Zahájení 3. září.**
Úterý 18.30-19.30 h. **Zahájení 4. září.**
Lektorka Ivana Kranichová. Kurzovné 500 Kč/ 10 lekcí.

CORE TRENING

Pondělí 18.30-19.30 h. **Zahájení 10. září.**
Čtvrtek 18.30-19.30 h. **Zahájení 13. září.**
Lektorka Hanka Plachá. Kurzovné 500 Kč/ 10 lekcí.

CVIČENÍ PRO SENIORKY

Úterý 8.30-9.30 a 10.00-11.00 h. **Zahájení 11. září.**
Lektorka Alena Hájková. Kurzovné 400 Kč/10 lekcí.

HATHA JOGA

Středa 18.30-20.00 h. Lektor Vladimír Vlček.
Zahájení 26. září. Kurzovné 900 Kč/15 lekcí.

KALANETIKA

Středa 9.30-10.30 h. **Zahájení 12. září.**
Čtvrtek 16.00-17.00 h. **Zahájení 13. září.**
Lektor Jiří Hrubý. Kurzovné 500 Kč/10 lekcí nebo 60 Kč/1 lekcí.

LADIES BOXING

Úterý 17.30-18.30 h. Lektor Olda Šubrt.
Zahájení 18. září. Kurzovné 1.500 Kč/15 lekcí.

PILATES

Pondělí 17.20-18.20 a 18.45-19.45 h. **Zahájení 24. září.**
Čtvrtek 17.30-18.30 h. **Zahájení 27. září.**
Lektorka Staňa Václavková.
Kurzovné 600 Kč/10 lekcí nebo 70 Kč/1 lekcí.

PILATES A STREČINK

Čtvrtek 17.00-18.00 h. Lektor Jiří Hrubý. **Zahájení 13. září.**
Kurzovné 500 Kč/10 lekcí nebo 60 Kč/1 lekcí.

PILATES V ANGLIČTINĚ

Úterý 16.00-17.00 h. Lektorka Lenka Cleaver. **Zahájení 11.9.**
Kurzovné 800 Kč/10 lekcí nebo 90 Kč/1 lekcí.

REÁLNÁ SEBEOBRANA

Úterý 19.00-20.00 h. Lektor Olda Šubrt.
Zahájení 18. září. Kurzovné 1.500 Kč/15 lekcí.

TANEČNÍ MEDITACE

Čtvrtek 18.30-19.30 h. Lektorka Petra Zsáková.
Zahájení 13.9. Kurzovné 800 Kč/10 lekcí nebo 100 Kč/1 lekcí.

VINYASA JOGA

Pondělí 17.00-18.00 h. Lektorka Petra Ungrová.
Zahájení 10.9. Kurzovné 900 Kč/15 lekcí nebo 70 Kč/1 lekcí.

POHYBOVÉ KURZY PRO DĚTI

DĚTSKÁ JÓGA /děti od 7 let/

Pondělí 16.00-16.45 h. Lektorka Petra Ungrová. **Zahájení 11.9.**
Kurzovné 750 Kč/15 lekcí nebo 70 Kč/1 lekcí.

POHYBOVÁ VÝCHOVA /děti 4 - 6 let/

Středa 17.00-18.00 h. Lektorka Šárka Brhelová.
Zahájení 3. října. Kurzovné 1.000 Kč/25 lekcí.

SPORTOVNÍ PŘÍPRAVKA /děti 4 - 6 let/

ZAČÁTEČNÍCI - Středa 15.30-16.30 h. **Zahájení 19.9.**

POKROČILÍ - Čtvrtek 15.30-16.30 h. **Zahájení 20.9.**

Lektor Miroslav Nečas. Kurzovné 875 Kč/25 lekcí.

SEBEOBRANA /děti 6 - 15 let/

Středa 16.30-18.00 h. Lektor Miroslav Nečas.
Zahájení 19. září. Kurzovné 1.000 Kč/ 25 lekcí.

JUDO PRO ABSOLVENTY SEBEOBRANY

Čtvrtek 16.30-18.00 h. Lektor Miroslav Nečas.
Zahájení 20. září. Kurzovné 1.000 Kč/ 25 lekcí.

JUDO PRO POKROČILÉ

Středa 18.00-19.30 h. Lektor Miroslav Nečas.
Zahájení 19. září. Kurzovné 1.000 Kč/ 25 lekcí.

TANEČNÍ KURZY

DĚTSKÝ SPORTOVNÍ TANEC

Úterý 17.00-18.00 h, čtvrtek 16.00-17.00 h, neděle 14.00-15.30 h.
Zahájení 2. října. Kurzovné 900 Kč/pololetí
Pořádá Taneční škola Olympia Jiřího Hrubého.

TANEČNÍ KURZY PRO MLÁDEŽ

Středa 18.00-20.00 a 20.00-22.00 h. **Zahájení 12. září.**
Kurzovné 1.300 Kč/osoba/10 lekcí + 2 prodloužené
Pořádá Klub tanečního sportu Šumperk - Vlastimil Hošek.

TANEČNÍ KURZY PRO DOSPĚLÉ

ZAČÁTEČNÍCI - Neděle 17.30-19.30 h. **Zahájení 7.10.**

POKROČILÍ - Neděle 20.00-22.00 h. **Zahájení 7.10.**

EXTRAPOKROČILÍ - Úterý 20.00-22.00 h. **Zahájení 11.9.**

Kurzovné 1.690 Kč/pár/6 lekcí + 1 prodloužená.
Pořádá Taneční škola Olympia Jiřího Hrubého.

JAZYKOVÉ KURZY

ANGLIČTINA – ZAČÁTEČNÍCI

Čtvrtek 16.00-17.30 h. Lektorka Bc. Edita Kovalová.
Zahájení 4. října. Kurzovné 2.400 Kč/pololetí-17 lekcí

ANGLIČTINA – MÍRNĚ POKROČILÍ

Čtvrtek 17.30-19.00 h. Lektorka Bc. Edita Kovalová.
Zahájení 4. října. Kurzovné 2.400 Kč/pololetí-17 lekcí

RUŠTINA - ZAČÁTEČNÍCI

Čtvrtek 15.30-17.00 h. Lektorka Mgr. Libuše Gorská.
Zahájení 4. října. Kurzovné 2.100 Kč/pololetí-15 lekcí

RUŠTINA – MÍRNĚ POKROČILÍ

Čtvrtek 17.00-18.30 h. Lektorka Mgr. Libuše Gorská.
Zahájení 4. října. Kurzovné 2.100 Kč/pololetí-15 lekcí

Přihlášky do kurzů a úhrady kurzovného přijímáme

v 1. patře Domu kultury Šumperk, Fialova 3

PO - ČT 8.00 - 12.30 a 13.00 - 15.00 H

OD 3. ZÁŘÍ DO 3. ŘÍJNA 2018

PO a ST 8.00 - 12.30 a 13.00 - 17.00 H

ÚT a ČT 8.00 - 12.30 a 13.00 - 15.00 H

**Bližší informace o kurzech: tel. 583 363 038,
mob. 777 652 073, e-mail: kurzy@dksumperk.cz**

Taneční kurzy pro děti a dospělé - J. Hrubý - 606 819 727

Taneční kurzy pro mládež - V. Hošek - 737 670 262

ONLINE REZERVACE: WWW.DKSUMPERK.CZ