

Seznam kurzů 2026 Volnočasové centrum Fénix

kurz	věk	lektor	Charakteristika kroužku
KERAMIKA PRO DĚTI	6 let	Jitka Kahounová	Modelování z volné ruky i na hrnčířském kruhu, práce dle zadaných témat i podle vlastní nálady a invence, relaxační i výukový kroužek.
KERAMIKA PRO DĚTI	6 let	Jitka Kahounová	Modelování z volné ruky i na hrnčířském kruhu, práce dle zadaných témat i podle vlastní nálady a invence, relaxační i výukový kroužek.
KERAMIKA PRO DOSPĚLÉ	18+	Jitka Kahounová	Relaxační tvorba z hlíny, která rozvíjí kreativitu, zručnost a nabízí odpočinek od všedního stresu.
JÓGA	15+	Olga Sedláčková	Cvičení pomalé jógy pod vedením zkušené lektorky v menší skupině a příjemném prostředí zrcadlového sálu.
KURZ VAŘENÍ A PEČENÍ PRO DĚTI	6 - 15 let	Petra Voblizová	Hravá výuka vaření, která u dětí rozvíjí zručnost, samostatnost a zdravý vztah k jídlu.
ŠERM	8 -14 let	Jaroslav Mužík	Základy šermu s mečem v obouřučném držení a tak jim umožnit se začít rozvíjet v historickém šermu a středověkých bojových uměních.
LEGO KROUŽEK	8 -12 let	Petra Voblizová	Zábavné stavění, které rozvíjí představivost, logické myšlení, zručnost a základy mechaniky či programování.
VÝTVARNÝ ATELIÉR VOLNÉ TVORBY	6 - 99+	Jitka Kahounová	Prostor pro vlastní tvorbu a fantazii, kde děti zkouší různé techniky a rozvíjí své estetické cítění.
FREE DANCE	15let	Štěpánka Kodýdková	Hodina plná energie, skvělé hudby a dobré nálady. Kombinuje dynamickou latinsko-americkou hudbu spolu s aerobními pohyby.
ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ	18let	Štěpánka Váňová	Cvičení pro dospělé.
JÓGA	15+	Jana Makovičková	Jóga pro každého, kdo chce pracovat na svém těle i duši zároveň.
TABATA	15+	Kristina Drahošová	Cvičení Tabata je efektivní metoda intervalového tréninku, při kterém se zvyšuje kondice a síla.
KRUHOVÝ TRÉNINK	18let	Barbora Bláhová	Cvičení pro dospělé
MAŽORETKY	6 - 15+	Alena a Petra Kubíkoví	Spojení tance, rytmiky a práce s hůlkou, které rozvíjí koordinaci, držení těla a týmovou spolupráci.
POHYBOVKY	4-10 let	Kateřina Heřmanová	Všestranná pohybová příprava plná her, která rozvíjí obratnost, rychlost, koordinaci a radost z pohybu.
ŠIKOVNÉ RUČÍČKY	4–10 let	Kateřina Heřmanová	Tvořivé dílny rozvíjející jemnou motoriku, trpělivost a fantazii při práci s nejrůznějšími materiály.
ANGLIČTINA PRO DĚTI	5-7 let	Zuzana Smith	Hravá výuka jazyka pomocí her, písniček a konverzace, která přirozeně rozvíjí komunikaci a slovní zásobu.
ANGLIČTINA PRO DĚTI	6-10let	Zuzana Smith	Hravá výuka jazyka pomocí her, písniček a konverzace, která přirozeně rozvíjí komunikaci a slovní zásobu.
TANEČKY S JOSEFINOU	4 - 6 let	Josefína Stejskalová	Veselý pohybový kurz pro malé tanečnice i tanečníky 4-6 let.
TANEČKY S JOSEFINOU	6 let	Josefína Stejskalová	Veselý pohybový kurz pro malé tanečnice i tanečníky 7-10 let.
TANEČKY S JOSEFINOU	6 let	Josefína Stejskalová	Veselý pohybový kurz pro malé tanečnice i tanečníky 7-10 let.
KERAMIKA PRO RODIČE A DĚTI	4 let	Jitka Kahounová	Nabídka pro rodiče mladších dětí ke společnému tvoření.
HIP - HOP	8 let	Josefína Stejskalová	Energetické tancování na moderní hudbu, které rozvíjí rytmus, fyzickou kondici a osobitý pohybový projev.
ORIENTÁLNÍ TANEC	18 let	Lucie Bartoníčková	Taneční skupina
UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU	50+	Věra Hajšmanová	Vzdělávací program pro seniory, který podporuje aktivní mysl, získávání nových poznatků a společenské setkávání.