

OSIEDLOWE KLUBY ZAPRASZAJĄ

I. Klub „Zodiak”, ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 6, tel. 056 6486855

1. Kółko plastyczne (7-14 lat)
2. Zespół Tańca Nowoczesnego „Rytm-X”
 - grupa dziecięca (od 4 lat)
 - grupa młodzieżowa (od 12 lat)
3. Szkoła Tańca Towarzyskiego „Dance & Dance”
 - grupa dziecięca (3-5 lat, 5-8 lat, 8-15 lat)
 - grupa turniejowa
 - kurs tańca dla nowożeńców

„Taniec ślubny” (nauka tańca dancingowego i pierwszego tańca)

- Latino (solo)
- Salsa i Tango Argentino (w parach)

Salsa – niezwykle taniec łączący w sobie wiele kultur, afrykańskich instrumentów, hiszpańskiego języka i jazzu.

Tango Argentino – ekspresyjny i rytmiczny taniec, pełen emocji, improwizacji i elegancji.

4. „Mały Zodiacek” – opieka nad dziećmi w wieku 4-5 lat

- realizacja programu wychowania przedszkolnego z wykorzystaniem tradycyjnych i nowoczesnych metod oraz form pracy

- organizacja uroczystości przedszkolnych z udziałem dzieci i zaproszonych gości

- zajęcia rytmiczne
- zajęcia ruchowe
- miła, serdeczna i spokojna atmosfera

5. Rytmika dla dzieci (3-5 lat)

6. YAMAHA Szkoła Muzyczna.

- „Dźwiękoludki” (4-6 lat)
- nauka gry na instrumentach muzycznych: keyboard i gitara (od 7 lat)

7. Aerobic z piłką Thera Band

doskonalenie równowagi, koordynacji i stabilizacji ciała. W czasie balansowania na piłce zaangażowanie najgłębszych warstw mięśni okolicy kręgosłupa. Ćwiczenia ukierunkowane na wzmocnienie i kształtowanie wszystkich partii mięśni.

8. Gimnastyka Body Shape

Rzeźbienie i modelowanie ciała, kształtowanie sylwetki oraz redukcja tkanki tłuszczowej, relaks i odprężenie.

9. Gimnastyka z elementami relaksacji

Ćwiczenia rozciągające (stretching), ćwiczenia Pilates (połączenie ćwiczeń rozciągających, Jogi

i oddechów): automasaże, wizualizacja, aromaterapia, ćwiczenia oddechowe, elementy Jogi, itp. - przy spokojnej relaksacyjnej muzyce. Gimnastyka przy użyciu: rzemieni rehabilitacyjnych „Tubingi”, piłeczek „Jeżyków” oraz piłek „Redondo”.

10. Aqva Aerobic (gimnastyka w wodzie)
11. Gimnastyka dla senierek
- Gimnastyka kręgosłupa.
12. Gimnastyka poranna
13. Spotkania osób niepełnosprawnych ruchowo „Zawsze Razem”

Spotkania cykliczne

14. Spotkania rodzin dzieci niepełnosprawnych
- Spotkania cykliczne
15. Klub Otwartych Drzwi „Skarbonka”

Spotkania integracyjne osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności

II. Klub „Vademecum”, ul. Ligi Polskiej 5, tel. 056 6481519

1. Świetlica dla dzieci
2. Grupy przedszkolne. Opieka nad dziećmi w wieku 3 lat oraz 4-5 lat

- realizacja programu wychowania przedszkolnego z wykorzystaniem tradycyjnych i nowoczesnych metod oraz form pracy

- organizacja uroczystości przedszkolnych z udziałem dzieci i zaproszonych gości

- zajęcia rytmiczne
- zajęcia ruchowe
- miła, serdeczna i spokojna atmosfera

3. Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci

4. Odrabianie lekcji, indywidualne douczanie (kl. I-III)

5. Konsultacje humanistyczne (klasy gimnazjalne)

Doskonalenie kształcenia językowego i literackiego

6. Kółko rękodzieła artystycznego (7-14 lat)

Tworzenie biżuterii z materiałów naturalnych, drutów i koralików według własnego pomysłu

7. Ju-Jitsu dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych
- Ju-łagodna Jitsu-sztuka. Starojapoński system walki (samoobrony) z uzbrojonym przeciwnikiem (najczęściej w miecz). Obecnie również system sportowy, w którym stosuje się bardzo wszechstronne techniki.

8. Judo dla dzieci (3-5 lat)

Ju-łagodna Do-droga. Sport olimpijski polegający na przewróceniu przeciwnika. Wywodzi się bezpośrednio z Ju-Jitsu (jednak w tym systemie

walki nie stosuje się kopnięć i uderzeń).

W ofercie „Judo dla maluchów” dzieci nie uczą się wszystkich technik. Główny nacisk położony jest na elementy ogólnorozwojowe. Doskonałe nauczanie techniki bezpiecznego upadania oraz najłagodniejsze techniki NE-WAZA, czyli wykonywane już na podłodze.

9. Koło akwarystyczne

Otwarte spotkania, prelekcje, udzielanie porad nt. prawidłowej hodowli ryb i roślin akwarystycznych

10. Klub „Skarmat” (Klub Imprez na Orientację)
11. Sekcja brydża towarzyskiego
12. Klub Seniora
13. Biblioteczka kulinarna
14. Klub Rodzica

Spotkania dla rodziców. Uczymy się, jak mądrze wychowywać swoje dziecko, jak dbać o jego zdrowie i prawidłowy rozwój, jak być dobrym rodzicem będąc przede wszystkim sobą...

15. Zajęcia cyrkowe

Nauka żonglowania (maczugi, obręcze, piłki, chusteczki, diaboloo, elementy akrobacji) połączona ze sztuką teatralną. W rezultacie stworzenie widowiska teatralno-cyrkowego

16. Zajęcia teatralne dla dzieci i młodzieży

Teatr ruchu z elementami pantomimy. Praca nad dykcją i gestem. Kultura słowa, interpretacja wiersza. Udział w przeglądach i festiwalach teatralnych

III. Modelarnia, ul. Bolta 4e

Modelarstwo szkatliczki i lotnicze (od 13 lat)

IV. Modelarnia „HERCULES”, ul. Bolta 2c, tel. 056 4713880

Modelarstwo plastikowe (od 7 lat)

V. Sekcja kajakowa, ul. Kusocińskiego 3 (sektor Anna)

VI. Zajęcia hipoterapii (współpraca z Przedszkolem Miejskim Nr 2)

Zajęcia dla dzieci niepełnosprawnych z osiedla z różnymi deficytami rozwojowymi (porażenie mózgowo, zespół Downa, umiarkowane upośledzenie umysłowe, autyzm, niepełnosprawność ruchowa, dzieci niewidome i słabo widzące).