

DEN PRO ŽENY

2018



Koutek krásy

Hrádecké Centrum volného času

9.00 - 16.00

Základní manikúra, lakování + fotokoutek
Tvorba účesů
Ličení
Klasické masáže zad a šíje
Rychlomasáž Shiatsu na židli

17:00 Ukončení oficiálního programu,
tombola, film, pizza párty

Pohybový koutek

Tělocvična polské Základní školy

8:30 - 9:30 Ranní jóga
9:45 - 10:45 Karnevalová samba
11:00 - 12:00 Zumba
12:00 - 13:30 Oběd
13:00 - 14:00 SM systém
14:15 - 15:15 Pilates cirkel
15:30 - 16:30 Body styling



Sobota
3. 3. 2018

8:30 - 20:00

Jednorázový vstup
60 Kč

Celodenní vstup
300 Kč

Vzdělávací koutek

Česká Mateřská škola

9.00 - 10.00 Time management rodiny
10.30 - 12.30 Trénování paměti
13.00 - 14.00 Trávení podle čínské medicíny
14.30 - 16.00 Ekoplast, aneb nahrazujeme chemii v domácnosti (workshop)

Kreativní koutek

Česká Mateřská škola

9.00 - 10.00 Výroba mýdel
10.30 - 11.30 Výroba šperků technikou drátkování a smaltování
13.00 - 14.30 Výroba látkových dekorací
13.00 - 14.30 Malování dřevěných dekorací

Registrace na celodenní i jednotlivé vstupy na tel. 601 383 111, e-mailu zpravodaj@obechradek.cz nebo osobně ve volnočasovém Centru. (V rámci celodenního vstupu je i oběd.)

Možnost nákupu jednotlivých vstupů bude i v den konání akce přímo na jednotlivých stanovištích v souvislosti s volnou kapacitou dané aktivity. Doporučujeme registraci co nejdříve.