



RC Vikýrek, z.s. Vás zve na

TVOŘENÍ

Macrame - Lapače snů

Tvoření s Pájou Hanákovou, kterou můžete znát
z IG profilu - @ta_tvoriva_

11.10.2026

14:00-17:00

Zimní zahrada - Zámek Třemešek

CENA:

290,-/ks



REZERVACE

www.vikyrek.cz

Pečuj o zrak

jak zlepšit kondici zraku přirozeně

Ing. Pavla Pospíšilová
certifikovaná lektorka oční jógy a metod
přirozeného zlepšování kondice zraku

1.10.2026

17:00 - 19:00

Zámek Třemešek - zimní zahrada

ZDARMA

O čem se budeme bavit?

- co našemu zraku škodí a co mu prospívá,
- co naše oči potřebují v průběhu každého dne,
- jak ulevit nepříjemným pocitům v očích (pálení, bolest,..),
- jak očím dopřát odpočinek a jak je podpořit, aby fungovaly efektivně a s menší námahou,
- je lepší kondice zraku vlastní pomocí opravdu dosažitelná?

Rezervace na www.vikyrek.cz





ANGLIČTINA

pro nejmenší

Kroužek je určen pro děti ve věku 3-4 roky

Přinášíme vám hravou angličtinu pro nejmenší. Děti se zábavnou formou naučí základní slovíčka jako pozdrav, barvy, zvířátka apod. S anglickými písničkami a říkankami si užijeme spoustu zábavy.

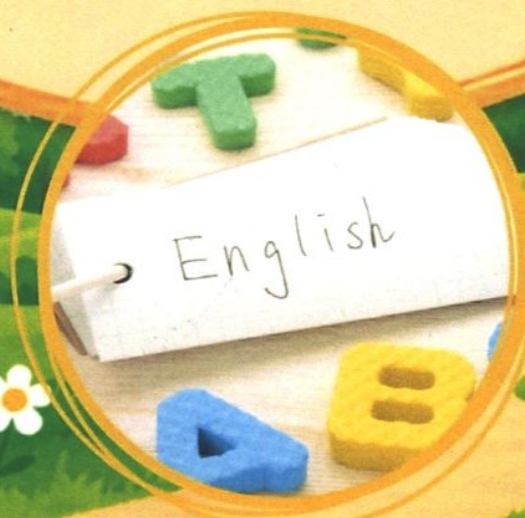
Lekce budou probíhat v herně, bez rodičů.

ÚTERÝ 15:45-16:30

Zámek Třemešek

Cena:
800 Kč/10 lekcí

Rezervace na
www.vikyrek.cz



Ministerstvo
práce a sociálních věcí



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



FUTURPOL
PROJEKT REPUBLIKY



AKTIVITY PROJEKTU "ŠTASTNÉ DÍTĚ, ŠTASTNÁ RODINA." JSOU PODPÓŘENY V RÁMCI DOTAČNÍHO TITULU RODINA.



Máma a fit

(cvičení pro maminky za přítomnosti dětí)

KAŽDÝ ČTVRTEK

9:00 – 10:00

Herna Vikýřovice

Chcete se po porodu znovu cítit dobře ve svém těle, zpevnit se, zlepšit kondici a zároveň si užít čas se svým miminkem? Přijďte si zacvičit v příjemné atmosféře, kde jsou děti vítané! Čeká vás kombinace jógy, balančního a kondičního cvičení, jemného posilování a protahování. Děti mohou být po celou dobu s vámi.

Lekce jsou vhodné pro maminky po ukončení šestinedělí.

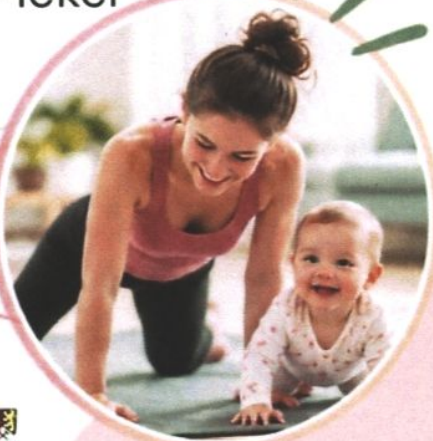
Pokud máte po porodu zdravotní komplikace nebo si nejste jistá, zda je pro vás cvičení vhodné, doporučujeme konzultaci s lékařem či fyzioterapeutem

Rezervace

www.vikyrek.cz

Cena

1000,-/ 10 lekcí





Šití hravě pro začátečníky

Lekce pro všechny začínající švadleny. Ušijeme si

Čepici a nákrčník

11.10.2026

14:00–17:00

herna Vikýřovice

Při rezervaci uveďte konfekční velikost.

Rezervace na
www.vikyrek.cz

Cena: 350,- Kč

STORNO POPLATKY

7-4 dny před- 50%

3-1 den před 100%

Je možné za sebe poslat
náhradníka



Ministerstvo
práce a sociálních věcí



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



AKTIVITY PROJEKTU "ŠTASTNÉ DÍTĚ, ŠTASTNÁ RODINA." JSOU PODPOŘENY V RÁMCI DOTAČNÍHO TITULU RODINA.