



■ DIVADLO

7. 2. | 19.00 | Inu, nevidno pevninu



PK DIVADELNÁ SCÉNA | Hravý javiskový tvar o hranici medzi svetom reality a svetom príbehov. Hraný dvoma hercami, vyžaduje znalosť slovenčiny alebo dobre vyvinutú a udržiavanú fantáziu. Účinkujú Ema Křizová a Pavol Seriš.

8. 2. | 15.00 | Sedem bolestí Panny Márie

KINO HVIEZDA | Divadelné predstavenie uvádza ochotnícke divadlo z Topoľčan.

11. 2. | 19.00 | Tri tvorivé tvory



PK DIVADELNÁ SCÉNA | Večer divadelnej improvizácie. Juraj „Šoko“ Tabaček, Lukáš „Pucho“ Puchovský a Stanislav „Stanley“ Staško predvedú, ako sa dá dobre zasmiať.

13. 2. | 19.00 | Andulky v klietke



KINO HVIEZDA | Detektívnu komédiu uvádza Mestské divadlo Trenčín. Osamelé vdiecke sídlo, Vianoce za dverami a vražda.

13. 2. | 19.00 | Manéž Bolka Polívky

MS ŠPORTOVÁ HALA | Jedinečná divadelná show na svojom prvom turné po Slovensku. Hostia: Milan Lasiča, Anna Polívková, Jiří Stivín, Kuly, Vrbovskí Vižari, Barin + Fretti.

18. 2. | 19.00 | Kumšt

PIANO KLUB | Komédia plná humorných situácií, ale aj dramatických zvrátov dycha atraktivnosťou aj vďaka skvelému

hereckému obsadeniu Csongor Kassai, Martin Mňahončák a Gregor Hološka.

14. 2. | 19.00 | Kométa



POSÁDKOVÝ KLUB | Divadlo Astorka Korzo 90 uvádza predstavenie ktoré získalo Cenu bratislavského diváka na festivale Nová dráma 2014.

20. 2. | 19.00 | Opereta Veselá vdova



POSÁDKOVÝ KLUB | Najobľúbenejšiu operetu Franza Lehára uvádza Štátna opera Banská Bystrica.

20. 2. | 19.00 | Chutilo vám, páni?

KINO HVIEZDA | Úspešná komédia Trenčana Pavla Seriša, ktorý počas predstavenia odohrá viac ako 20 rôznych charakterov. Hra sa okrem Česka a Slovenska predstavila už aj na festivaloch v Poľsku, Kosove či Taliansku.

22. 2. | 19.00 | Nízkoťučný život



POSÁDKOVÝ KLUB | Komédiu o dítnej láske, vzdelaní a viere uvádza Divadlo GUNA-GU. Hrajú Z. Mauréry, D. Abrahámová, P. Polnišová, Z. Šebová a V. Horján.

26. 2. | 19.00 | Írska kliatba

POSÁDKOVÝ KLUB | Veľkú komédiu o malých problémoch oceňovaného newyorského dramatika, pedagóga a herca Martina Casellu uvádza Divadlo Aréna. Hrajú B. Deák, J. Jackuliak, M. Majeský, M. Mňahončák, J. Loj.

28. 2. | 20.00 | Blázon

PK DIVADELNÁ SCÉNA | Repríza inscenácie

Divadla Kolomaž podľa predlohy francúzskeho autora Patricka Grégoire „Le Imbecile“. Pútavý príbeh o osude človeka, ktorý sa považuje za Ježiša.

■ KONCERTY

6. 2. | 20.00 | Buty
PIANO KLUB | Koncert českej populárnej hudobnej skupiny.

13. 2. | 19.00 | Trenchtown rock
PIANO KLUB | The Intellectuals, Pell-Mell 59, Juras Kanál, Volume, The Long Road.

13. 2. | 21.00 | Modré hory



KLUB LÚČ | Sú zjavom na slovenskej hudobnej scéne. Držitelia ceny Radio Head Awards v žánrovej kategórii Hip-Hop / Rap / R'n'B za album Big Beat.

20. 2. | 20.00 | Latino – Lazaro
PIANO KLUB | Animácie a tanečná show: Zuzka Pašková – Soukupová.

20. 2. | 22.00 | Consistence!:
Zlatomil (CZ) + Keni Anavi (SK)
KLUB LÚČ | Pokračovanie tradičnej rezidentnej noci v réžii TNT Crew zameranej na tanečnú hudbu. Akciu doplnia Filo, Tiff a Duro.

21. 2. | 17.00 | Piesne donských kozákov – Volnij Don (RUS)



KINO HVIEZDA |

21. 2. | 20.00 | Revival night
PIANO KLUB | Bon Jovi rev., AC-TN, Machine Head.

21. 2. | 21.00 | Fresh out of the bus + Election in the daeftown
KLUB LÚČ | Experimentami posadnuté power-trio a päťka chalanov z Považskej Bystrice a okolia.

25. 2. | 16.00 | Hrajú nám pre radosť
POSÁDKOVÝ KLUB | Koncert detí Základnej umeleckej školy K. Pádiveho.



Kam v Trenčine február 2015

■ FILM

CINEMAX

od 5. 2. | Spongebob vo filme: Hubka na suchu

Jedna z najviac žltých, najhranatejších a hlavne najobľúbenejších animovaných postaviek konečne našla cestu na filmové plátno. A dokonca v 3D. SpongeBob je morská huba, ktorá nosí nohavice, býva v ananáse a robí úžasné krabie hamburgery.

od 5. 2. | Jupiter na vzostupe
Originálne epické sci-fi dobrodružstvo, v ktorom hlavné úlohy stvárňujú Channing Tatum a Mila Kunis. Nevhodný do 12 rokov.

od 5. 2. | Nezlomný

Angelina Jolie natočila film o tom, že keď má človek dostatočne silnú vôľu, prežije skoro všetko. Osud slávneho olympionika, vojnového letca, stroskotanca a vojnového zajatca Louise Zamperiniho je toho najlepším dôkazom.

od 12. 2. | Päťdesiat odtieňov sivej

Filmové spracovanie erotického príbehu, ktorý sa stal celosvetovou literárnu senzáciou.

od 12. 2. | Cililing a zver nezver

Rodinný animovaný dobrodružný film. Nové dobrodružstvá víly Cililing a jej priateľov. V údolí škriatkov sa objavuje pradávny tvor a tisíc rokov bezpečia sa končí.

od 19. 2. | Kingsman: Tajná služba

Americká akčná komédia. Príbeh zdvorilého, konzervatívneho britského superšpióna, ktorý do vysoko konkurenčného vzdelávacieho programu svojej agentúry regrutuje zatiaľ nevycvičeného, ale nádejného chlapca z ulice.

od 19. 2. | Americký ostreľovač

Životopisný akčný film v réžii Clint Eastwooda. Príslušník ostreľovačov Navy Seal rozpráva o svojej kariére. Na vojnu nedokáže zabudnúť.

od 26. 2. | Focus

Will Smith stvárňuje Nickyho, ostrieľaného podvodníka, ktorý sa zapletie so svojou „žiačkou“ Jess (Margot Robbie). O tri roky neskôr ho už dokonala femme fatale odstaví z hry.

ARTMAX

Filmy pre náročného diváka každý utorok večer, vstupné 3,50 €, s film kartou 2 €.

FILM

ARTKINO METRO

1. 2. | 19.00 | Rukojemník
Rodinný česko-slovenský film. V réžii J. Nvoty hrajú M. Lasica, L. Šafránková, O. Vetchý, R. Labuda, S. Tobias.

1. 2. | 16.00 | Mikulášove šibalstvá na prázdninách
Detské predstavenie.

3. 2. | 19.00 | Lesné jahody
Prehliadka severského filmu. Reflexia starnutia I. Bergmana, strachu z blížiacej sa smrti a smútku z premárneného života je autorovým osobným dielom a zároveň jeho intímnu spovedou.

4. 2. | 19.00 | V hĺbinách
Prehliadka severského filmu. Profesionálny potápač a jeho brat majú potrebnú disciplínu, silu a odvahu, aby sa vydali na najnebezpečnejšiu misiu na svete – na dno severského mora.

5., 8. 2. | Príbeh Márie
Francúzsky film o nepočujúcej a nevidiacej dievčine podľa skutočnej udalosti.

5. 2. | 19.15 | Holub sedel na konári a premýšľal o živote

Prehliadka severského filmu. Film ocenený Zlatým levom na MFF Benátky 2014. Kaleidoskopické potulky ľudskými túžbami, humor i tragédia, ktoré sa skrývajú vo vnútri každého z nás, majestátnosť života, ale i ľudské slabiny.

6. 2. | 19.00 | Boj snežného pluhu s maľou
Nórska akčná komédia.

6., 7. 2. | Levie srdce
Prehliadka severského filmu. Dokáže láska zvrátiť rasistické predsudky? Film ocenený na piatich medzinárodných filmových festivaloch.

7. 2. | 21.00 | Mami!
Kanadský emóciami nabitý film. Príbeh dospievajúceho chlapca s diagnózou ADHD a jeho mamy, ktorá aj napriek odporúčaniam odborníkov trvá na tom, že sa o svojho syna postará sama a že dokáže zvládnuť aj školu.

8., 15. 2. | 16.00 | SpongeBob vo filme: Hubka na suchu
SpongeBob je morská huba, ktorá nosí nohavice, býva v ananáse a robí úžasné krabie hamburgery.

8., 23. 2. | Zázraky
Príbeh 12-ročnej Gelsomyiny, ktorá žije s rodičmi a mladšími sestrami na opustenom statku v Umbrii na talianskom vidieku. Otec drží rodinu bokom od nástrah moderného sveta a striktné presadzuje život v súlade s prírodou.

10. 2. | 19.00 | Siedma pečať
Prehliadka severského filmu. Ingmar Bergman v ňom dáva do popredia otázku postoja človeka k životu a jeho druhej stránke, smrti.

11. 2. | 19.00 | Vyššia moc
Prehliadka severského filmu. Existenciálna dráma o tradičných rolách muž a ženy v rodinnom živote a ich vzájomných očakávaniach, ktoré z nich vychádzajú. Film ocenený na MFF Cannes 2014.

12. 2. | 16.00 | Ida
18-ročná novica Anna sa onedlho stane mniškou, musí však navštíviť svoju jedinou žijúcu príbuznú Wandu, o ktorej existencii netušila. Bývalá zapálená

27. 2. | 20.00 | Retro Disco Party
PIANO KLUB |

27. 2. | 21.00 | Zlokot + Vydrapená bužirka punk system



KLUB LÚC |

28. 2. | 19.30 | 27. stretnutie priateľov dychovej hudby
MS ŠPORTOVÁ HALA |

PRE DETI

pondelok | 9.15, 10.30 | Yamaha class

KDAM TIGRIKY | Robik – hudobný program pre deti vo veku 4 – 18 mesiacov. Prvé kročičky k hudbe – hudobný program pre deti vo veku 1,5 – 4 roky. Info a prihlášky: 0907 989 094.

pondelok, piatok | 17.00 – 18.00 | Džamál junior

TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE | Orientálna tanečná skupina pre deti od 8 rokov – nácvik zložitejších choreografií a tanečná technika v orientálnom tanci. Prihlášky a info: anide@seznam.cz alebo www.anidestudio.sk.

pondelok, utorok, streda a piatok | Tanečná škola Aura dance

KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti od 6 rokov do 15 rokov. Info a prihlášky: 0908 731 125.

pondelok, štvrtok | 16.00 | Timmy's Friends

KDAM TIGRIKY | Tanečná angličtina pre deti vo veku 3 – 6 rokov. Info prihlášky: 0903 783 724.

utorok | 15.00 – 16.30 | Klub keramikárov

KC AKTIVITY | Keramický krúžok pre deti a mládež s výučbou základnej práce s hlinou, glazúrou a inými netradičnými materiálmi. Je možné sa prihlásiť aj počas školského roka. Prihlášky a info: 0908 210 940, info@kcaktivty.sk.

utorok, štvrtok | Korzo dance – SZUŠ Trenčín

KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti. Info a prihlášky: 0904 504 032.

utorok, štvrtok | 17.15 – 18.15 | Klubovníčka

KC AKTIVITY | Pohybovo náučné aktivity určené pre chlapcov aj dievčatá od 2 do 6 rokov. Prihlášky a info: 0908 280 901, www.klubovnicka.sk.

streda | 18.30 – 19.30 | Habibti
TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE | Orientálna tanečná skupina pre deti od 4 do 8 rokov. Prihlášky a info: anide@seznam.cz, www.anidestudio.sk.

streda, piatok | 16.00 – 18.00 | Tanečná škola Goonies

KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti od 3 rokov. Info a prihlášky: 0915 101 051.

štvrtok | 10.00 – 11.00 |

Tvorenie s potešením

KC AKTIVITY | Pre deti od 2 rokov v sprievode rodiča. Výtvarné techniky so zameraním na rozvíjanie jemnej motoriky rúk a tvorivého myslenia. Prihlášky a info: 0918 561 320, mirka@kcaktivty.sk.

piatok | 16.00, 17.15 | Šikovné pršteky

KDAM TIGRIKY | Tvorivý klub pre deti vo veku 3 – 6 rokov. Info a prihlášky: 0903 783 724.

1. 2. | 16.00 | Grimmovci, zakliati bratia



PK DIVADELNÁ SCÉNA | Predstavenie Detského divadelného klubu plné magických kúziel a neočakávaných prekvapení. Čarovná krajina plná (ne)klasických rozprávkových postáv. Na svoje si príde celá rodina, ale aj priaznivci netradičných spracovaní tradičných rozprávok.

4., 18. 2. | 9.30 – 11.30 | Galerikovo

GMAB | Tvorivé dielničky pre deti od 18 mesiacov do 5 rokov.

5. 2. | 9.30 | Príbehy z Trdelníkova

VKMR HASIČSKÁ | Prezentácia rozprávkovej knihy pre deti za účasti autorky Márie Demitrovej. Počet miest je obmedzený, účasť treba vopred nahlásiť: 032/7460715, deti@vkmr.sk.

8. 2. | 14.00 | Nedeľné v(i)tvorky
GMAB | Vidieť a tvoriť. Spoločné prechádzky, rozhovory a hry s aktuálnymi výstavami a s tvorivými dielňami pre rodiny s deťmi od 6 rokov.

13. 2. | 15.00 – 17.00 |

Valentínske prekvapenie

ZOC MAX | Fotenie, maľovanie, drink, darčeky a výroba srdiečok s detičkami.

15. 2. | 16.00 | O Snehulienke



PK DIVADELNÁ SCÉNA | Viete, ako vyzerá bežný deň Snehulienky v domčeku siedmich trpaslíkov? Prečo Hapčí stále kýcha a čo rozosmeje zamračeného Dudroša? V tejto verzii rozprávky si deti so Spachtošom pripomenú čísla na hodinách, s Vedkom zistia, prečo vypínať vodovodný kohútik. Úvážda v rámci Detského divadelného klubu Divadlo Kapor na scéne.

16. – 20. 2. | 8.00 – 14.00 | Jarné šantenie

KC AKTIVITY | Prázdninové tanečné a kreatívne workshopy pre deti

22. 2. | 16.00 | Žabiatko

KINO HVIEZDA | Detské predstavenie v podaní Mestského divadla Trenčín.

23. 2. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku

VEREJNÁ KNIŽNICA | Deti a rodičia spoločne čítajú v knižnici na Hasičskej v pobočke na Juhu a na Dlhých Honoch.

24. 2. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku

VEREJNÁ KNIŽNICA | Spoločné čítanie v knižnici v pobočke Kubra.

27. 2. | 16.30 – 18.30 | 2. detský ples

POSÁDKOVÝ KLUB | Tanečná zábava pre najmenšie deti a ich rodičov. Info a vstupenky: KIC Trenčín.

28. 2. | 15.00 – 18.00 | Tvorivé dielničky – Tatranskí obyvatelia

OC LAUGARICIO | Sú plaché a v prírode musíte byť veľmi trpezliví alebo opatrní, aby ste sa k nim priblížili. Spoznajte cez tvorenie chránené zvieratká našich Tatier.

2. – 28. 2. | Láskové rozprávky
VKMR HASIČSKÁ | Ponuka pre školské kluby a MŠ. Hodinka v knižnici strávená hravou formou. Každý mesiac iná téma. Termíny treba vopred dohodnúť. Bližšie info a kontakty: www.vkmr.sk.

2. – 28. 2. | Učíme sa spolu
VKMR | Ponuka pre pedagógov ZŠ na realizáciu vyučovacích hodín k problematike vybranej z osnov učiva v netradičných priestoroch, pomocou zážitkového čítania, tvorivých dielničiek či iných aktivít. Termín treba vopred dohodnúť. Bližšie info: www.vkmr.sk.

2. – 28. 2. | Vitajte v knižnici
VKMR | Informačné hodiny pre žiakov ZŠ. Ponuka pre pedagógov. Termín treba vopred dohodnúť. Bližšie info: www.vkmr.sk.

2. – 28. 2. | Kyberšikana
VKMR HASIČSKÁ | Internet – tichý zabijak, mobily ako fenomén závislosti, intervencia a schopnosť brániť sa. Interaktívna prednáška pre žiakov ZŠ a SŠ. Termín treba vopred dohodnúť: 032/746 07 15, deti@vkmr.sk.

VÝSTAVY

Miloš Alexander Bazovský



GMAB | Stála expozícia obsahuje výber známych i málo vystavovaných autorových prác – olejomalby, gvaše, tempery a kresby. Diela chronologicky dokumentujú základné vývojové obdobia v autorovej tvorbe. Kolekciu doplnia fotodokumentácia z umelcovho súkromného života a informačné texty o dôležitých medzníkoch v jeho živote a tvorbe.

Výtvarné umenie trenčianskeho regiónu

GMAB | Stálu expozíciu tvoria diela výtvarníkov staršej generácie vrstvy, pôsobiace v minulosti v trenčianskom regióne.

Slovenské sochárstvo 20. storočia

GMAB | Stála expozícia zo zbierok Galérie M. A. Bazovského ponúka pozoruhodné artefakty zo slovenského sochárskeho umenia tak, ako sa za roky existencie

v galérii postupne ukladali od konca 60. rokov 20. storočia do súčasnosti.

Z histórie a kultúry slobodného kráľovského mesta Trenčína a bývalej Trenčianskej župy ŽUPNÝ DOM | Stála expozícia Trenčianskeho múzea opätovne sprístupnená v obnovení 19. 12. 2014.

Július Činčár: Obrazy ŠPORT HOTEL OSTROV | Stála výstava výtvarných diel MUDr. Júliusa Činčára. Zaujíma autorove životné radosti, vieru v dobro človeka i pocity z „jeho“ mesta, obklopeného vodou, ktorú nesmierne miluje.

do 8. 2. | Prezentačná výstava SOŠ stavebnej Emila Belluša POSÁDKOVÝ KLUB

do 8. 2. | Trenčín 2014 – Výber zo súčasného slovenského komorného sochárstva GMAB | S odstupom času galéria opäť obnovila kontinuitu celoslovenského podujatia. Tohto ročníka sa zúčastňuje 95 autorov, ktorí prezentujú spolu viac ako 200 diel.

do 27. 2. | Stretnutie – Setkání TSK | Jubilejná 30. družobná výstava výtvarníkov a fotografov regiónov Trenčín a Uherské Hradište.

2. – 27. 2. | Trenčín trochu inak CENTRUM SENIOROV | Výstava jubilanata MUDr. Jozefa Jakuša: Fotografie a drevo-rezba, moje hobby. Vernisáž 2. 2. o 16.00.

2. 2. – 22. 3. | Vršatec – chránená krajinná oblasť TREŇCIANSKE MÚZEUM | Prírodovedná výstava fotografií, skamenelín a hornín z Vršatec. Historické a súčasné pohľady na krajinu, vzácné živočíchy a rastliny. Školské kolektívy môžu vo vedomostnej súťaži vyhrať výlet na Trenčiansky hrád.

2. – 28. 2. | Predstavujeme tvorbu spisovateľa Thomasa Brezina VKMR HASIČSKÁ | Výstava kníh pre deti s podtitulom „Deti, zoznámte sa s niečím novým!“

3. – 28. 2. | Mirka Migašová – Náhodné tváre



MESTSKÁ VEŽA | Výstava fotografií.

3. 2. – 3. 3. | Rádiom ovládané modely POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava lietajúcich modelov.

9. 2. – 3. 3. | Krása okamihu POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava fotografií, doplnená krátkymi minipríbehmi autorov, ktorými sú pacienti pred alebo po transplantácii orgánov.

13. 2. – 22. 3. | Nové Mosty / New Bridges: 11.11 GMAB | Reprezentačný výber autorov Spoločnosti škótskych umelcov v konfrontácii s tvorbou slovenských a českých výtvarníkov. Vernisáž 13. 2. o 17.00 hod.

17. – 28. 2. | 90 rokov trenčianskej knižnice VKMR JASELSKÁ | Tematická výstava približujúca deväť decínií trenčianskej knižnice v čase a priestore.

28. 2. – 1. 3. | Fishing show Carp & Spinning 2015 VÝSTAVISKO EXPOCENTER | 10. medzinárodná výstava rybárskych potrieb.

PRE SENIOROV

5. 2. | 16.00 | Liga proti reumatizmu CENTRUM SENIOROV

10., 24. 2. | 9.00 – 11.30 | Ateliér pre seniorov GMAB | Tvorivé dielne nielen pre seniorov na rôzne témy a techniky, prepojené s výtvarnými dielami.

12. 2. | 15.00 | Zimné spoločenské stretnutie seniorov. POSÁDKOVÝ KLUB | Prípravuje Klub vojenských veteránov.

12. 2. | 16.00 | Výročná členská schôdza JDS č. 27 + Fašiangové posedenie ŠKOLSKÁ JEDÁLEŇ VII. ZŠ

26. 2. | 17.00 | Poľský klub CENTRUM SENIOROV

27. 2. | 14.00 | Skleróza multiplex CENTRUM SENIOROV | Klub Trenčín.

CVIČENIE

pondelok | 17.15 – 18.15 | Pilates pre začiatočníkov KC AKTIVITY

pondelok | 18.30 – 20.00 | Cvičenie pre zdravie a radosť KC AKTIVITY | Natáhovací a zahrievací čí-kung, osem kusov brokátu a 24 foriem tai-či. Prihlasovanie a info: 0903 440 503.

pondelok | 18.30 – 19.30 | Aerobic KC AKTIVITY | Hodina s prvkami dance aerobiku spojená s posilňovaním a strečingom.

utorok | 16.45 – 17.45 | Zdravotný Pilates KC AKTIVITY | Cvičenie vhodné pre začiatočníkov a ľudí s bolesťami chrbta.

utorok | 18.00 – 19.30 | Joga KC AKTIVITY | Cviky sú navrhnuté pre postupný a trvalý rozvoj človeka a cvičenie je otvorené voči všetkým – bez ohľadu na vek a fyzickú kondíciu. Vhodné aj pre začiatočníkov.

utorok | 18.30 – 19.30 | Zumba



KC AKTIVITY | Tanečná fitness hodina plná energie, skvelej hudby a dobrej nálady, kombinuje latinsko-americké tance spolu s aeróbnymi pohybmi v rytme dynamickej latinsko-americkej a exotickéj hudby. Prihlasovanie potrebné na 0903 949 966.

utorok | 19.30 – 20.30 | štvrtok | 18.00 – 18.50 | Cvičenie pilates pokročilí KC AKTIVITY

streda | 16.00 – 17.30 | Systema KC AKTIVITY | Tréningy ruského bojového umenia. Nácvik prirodzených reflexov, reálnych bojových situácií na ulici pri prepade, obrana proti viacerým súperom a ozbrojeným útočníkom.

streda | 18.00 – 19.00 | Kruhový tréning KC AKTIVITY | Súbor cvikov, odcvičených jeden po druhom s využitím fitness náčinia. Cviky sa cvičia v jednom kruhu za sebou bez prestávky, sú zamerané na precvičenie všetkých partií tela.

streda | 18.15 – 19.15 | Bodywork a fit lopty KC AKTIVITY

streda | 19.30 – 20.30 | Tai – či KC AKTIVITY

štvrtok | 18.30 – 20.00 | Workout joga KC AKTIVITY

štvrtok | 19.00 – 19.50 | Pilates začiatočníci a mierne pokročilí KC AKTIVITY | Zamerané na hlboký svalový systém, podporu krížovej chrbtice a laterálne hrudné dýchanie. Zostava cvikov natihne skrátené a posilní oslabené svaly. Bližšie info: 0905 705 431.

1. – 30. 2. | Cvičenie pre ženy KC AKTIVITY | Zamerané na posilňovacie cviky v intervalovom cvičení s fázami odpočinku, ktorého výhodou je vysoký energetický výdaj, výsledkom je zlepšenie ohybnosti a schopnosti koordinácie, spevnené partie bokov, brucha, stehenných a sedacích svalov.

1. – 31. 1. | 9.00 – 20.00 | Centrum pohybu a tance MS ŠPORTOVÁ HALA | Step aerobik, bosu, fit lopty, PortDeBras, piloxing, body work + cvičenie pre deti od 4 mesiacov, mládež a dospelých. Kontakt: 0903 449 732

PREDNÁŠKY

3. 2. | 16.00 | Marián Gáborík (Otec, teraz to už môžeš vydať)

VKMR HASIČSKÁ | Beseda s Pavlom Gáboríkom v rámci cyklu „Poznávame Trenčanov“ spojená s prezentáciou biografie výnimočného hokejistu z pera jeho vlastného otca.

5. 2. | 16.00 | Cesta k bráne (Čítanie na každý deň)

VKMR HASIČSKÁ | Literárny klub Omega pozýva všetkých členov a priaznivcov literatúry a literárnej tvorby. Podujatie spojené s prezentáciou prozaického diela predsedu LK Omega Jána Maršálka pri príležitosti jeho životného jubilea.

9. 2. | 16.00 | Hlavné zásady rezu ovocných a okrasných drevín POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ing. Cyril Bol-diš.

11. 2. | 16.00 | Premietanie filmu s leteckou tematikou POSÁDKOVÝ KLUB

19. 2. | 10.00 | Významné výročia pripadajúce na rok 2015 POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ing. Ján Dibala.

FILM

komunistka a sudkyňa v 50. rokoch posielala na smrť kňazov a iných odporcov režimu.

12. 2. | 19.00 | Dead Snow: Červený vs. Mŕtvý | Prehliadka severského filmu. Akčný horor.

13. 2. | 15.30 | Teenage: Ozveny festivalu študentských filmov XV. 15.30 – Blok animovaných filmov, 16.30 – Blok dokumentárnych filmov, 17.30 – Blok hraných filmov

13., 26. 2. | Čo sme komu urobili? Francúzska komédia. Silne veriaci katolíci a vážení občania sa pri výchove svojich štyroch detí vždy snažili uplatňovať konzervatívne metódy.

13., 14. 2. | Kód enigma | Životopisná dráma matematického génia, ktorý vďaka svojmu úžasnému talentu pomohol skrátiť 2. svetovú vojnu a zachránil tak tisíce ľudských životov.

15., 25. 2. | 19.00 | Kukuričný ostrov | Psychologická dráma o všednodennej lopote jedného abcházskeho farmára a jeho vnučky.

18., 19. 2. | My sme najlepši! | Prehliadka severského filmu. Dve 13-ročné dievčatá vyrastajú v Štokholme 80. rokov a cítia sa prehliadané rodičmi. Rozhodnú sa založiť si punkovú kapelu, aj napriek tomu, že nevedia hrať na žiadnom hudobnom nástroji.

19., 22. 2. | Divoké historky | Argentínsko-španielsky film. Šesť divokých historiek, ktoré spája téma pomsty a drobných i väčších nespravodlivostí či krívd.

20., 21. 2. | 19.00 | Big eyes | Skutočný a šokujúci príbeh jedného z najväčších umeleckých podvodov.

22. 2. | 16.00 | Snehová kráľovná | Animovaný príbeh nakrútený na motívy svetoznámej rozprávky z pera Hansa Christiana Andersena.

26. 2. | 19.00 | Futbal na striebornom plátne | Klubový večer organizovaný v spolupráci s futbalovým klubom AS Trenčín.

27. 2. | 19.00 | Grandhotel Budapešť | Komédia. V čase medzi dvoma svetovými vojnami, v Bohem zabudnutej zemi, kde toho príliš veľa nefunguje, je luxusný hotel oázou spolahlivosti.

27. 2. | 21.00 | Birdman | Čierna komédia prináša príbeh herca Riggana Thomsona, ktorý sa v minulosti preslávil filmovou postavou kultového vtáčieho super hrdinu a snaží sa o svoj divadelný debut na Broadwayi.

28. 2. | 19.00 | Charlie Mortdecai | Charlie Mortdecai má rád peniaze, neslušné vtipy a svoje sofistikované fúzy, zamestnaný je ako aristokrat. V akčnej komédii sa vrhne do veľkolepého pátrania po ukradnutom obraze.

28. | 21.00 | Teória všetkého | Životný príbeh Stephena Hawkinga.

ŠPORT

- 1. 2. | 9.00 – 12.45 | HK Štart Trenčín – Minky**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – turnaj.
- 7. 2. | 10.00, 12.00 | MBK Štadión Trenčín – Pezinok**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal – žiaci.
- 7. 2. | 11.00, 13.00 | COP Volley Trenčín – Nové Mesto nad Váhom**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – kadeti.
- 7. 2. | 15.30 | HK Štart Trenčín – Bytča**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – ml. dorast.
- 7. 2. | 17.30 | HK Štart Trenčín – Hlohovec**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – ženy.
- 8. 2. | 9.55 | ŠK 1.FBC Trenčín – M šport Trenčín**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Florbal – prípravka – regionálne kolo.
- 8. 2. | 12.40 | ŠK 1.FBC Trenčín – Partizánske**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Florbal – prípravka – regionálne kolo.
- 14. 2. | 8.00 – 16.00 | Borhyho memoriál**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Futbal – turnaj TTS Trenčín.
- 14. 2. | 17.00 | Cop Volley Trenčín – Komárno**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – extraliga muží.
- 15. 2. | 9.00 | ŠK 1.FBC Trenčín – Hlohovec**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Florbal – starší žiaci – regionálne kolo.
- 15. 2. | 11.00, 13.00 | COP Volley Trenčín – Komárno**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – kadeti (malá hala).
- 15. 2. | 15.15 | ŠK 1.FBC Trenčín – Nitra**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Florbal – starší žiaci – regionálne kolo.
- 21. 2. | 9.00 – 12.45 | Hádzaná – turnaj HK Štart Trenčín**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Prípravka.
- 21. 2. | 13.30 | HK Štart Trenčín – Močenok**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – ml. dorast.
- 21. 2. | 15.30 | HK Štart Trenčín – Močenok**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – ženy.
- 21. 2. | 18.00 | MBK Štadión Trenčín – Holíč**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal – muži.
- 21. 2. | 18.30 | Cop Volley Trenčín – Spišská Nová Ves**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – extraliga muží.
- 22. 2. | 9.00 – 15.30 | Futbal turnaj AS Trenčín**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Prípravka.
- 28. 2. | 9.00 – 17.30 | MBK Štadión Trenčín – Mini basket**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal – žiaci.

19. 2. | 16.00 | Keď jedlo plní neobvyklé úlohy

VKMR HASIČSKÁ | Diskusia s odborníkmi na podporu duševného zdravia. Poruchy príjmu potravy, mentálna anorexia a mentálna bulímia, prejedanie, hladovanie. Ako sa jedlo (do)tvýka duše. Diskutuje: MUDr. T. Madleňáková. Organizované v spolupráci s OZ Ars Vivendi – umenie žiť.

10. 2. | 18.00 | Ako rozvíjať svoju online komunitu



KLUB LÚČ | Pokračuje séria utorkových rozhovorov Choices. Moderátor Ivan Ježík bude diskutovať s Tinou Ličkovou, spolumajiteľkou agentúry 2FRESH a Máriom Šmýkalom, manažérom sociálnej siete pre mamičky Modrykonik.sk a bývalým šéfredaktorom áno! online magazínu.

11. 2. | 13.00 | O transplantáciách a darcovstve orgánov...

POSÁDKOVÝ KLUB | Odborný seminár na podporu transplantácieho programu a darcovstva orgánov na Slovensku. Čo vieme a čo nevieme o darcovstve orgánov? Vie bežný občan, aké má práva, aké má šance? Aká je kvalita života ľudí po transplantácii?

KURZY

pondelok, streda | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk pokročilí
KC AKTIVITY |

pondelok, streda | 16.30 – 18.00 | Anglický jazyk
KC AKTIVITY | Informácie a prihlášky Mgr. Ilona Sostroneková familyenglish.tn@gmail.com, 0948 909 201.

pondelok, streda | Klavírna škola M. Staňová
KC AKTIVITY |

utorok, štvrtok | Gitarová škola D. Dobiaš
KC AKTIVITY |

utorok | Klavírna škola I. Buchčíková
KC AKTIVITY |

utorok | 18.00 – 19.00 | Tanec pre radosť
SOKOLOVNÁ | Kolektívne tance pre dospelých a študentov (Slovensko, Francúzsko, Izrael, Grécko, Arménsko, Srbsko atď.) Kontakt: 0910 196 456.

utorok | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk II. ročník
KC AKTIVITY |

utorok | 17.30 – 19.00 | Tvorivý ateliér pre dospelých
OC LAUGARICIO | Pre veľký záujem nutné prihlásenie na 0918 561 320, mirka@kcaktivty.sk.

streda | 18.00 – 20.00 | Klub keramikárov
KC AKTIVITY | Keramická dielňa pre dospelých. Prihlášky a informácie 0949 384 767.

1. – 30. 2. | Disco dance pre dospelých



TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE | Nepotrebuje žiadne predošlé skúsenosti s tancom. Čo sa v kurze naučíte, zažijete kdekolvek na tanečnom parkete a zároveň sa postaráte o svoju kondičku a štíhlu líniu. Info a prihlášky na anide@seznam.cz alebo www.anidestudio.sk.

4. 2. | 18.00 – 20.00 | Klub Patchwork s Hankou
KC AKTIVITY |

10., 24. 2. | 16.00 – 18.30 | Večerný ateliér pre dospelých
GMAB | Tvorivý ateliér na rôzne témy a techniky.

18. 2. | 17.30 | Workshop v anglickom jazyku
CENTRUM SENIOROV | Ako zaujať na pohovore, ako správne napísať životopis, prípadná možnosť vyskúšať si modelovú situáciu pohovoru.

INÉ

7. 2. | 19.00 | Šláger bál
POSÁDKOVÝ KLUB | Najznámejšie šláger hity do tanca zahrá skupina Senzus. Hostia: Helena Vrtichová, Duo Mirka a Ondrej, Duo Akord, Kúzelník.

9. 2. | 18.00 – 20.00 | Kurz spoločenských tancov pre manželské páry
KC AKTIVITY |

13. 2. | 8.00 – 13.00 | Valentínska Maxikvapka krvi
ZOC MAX | Tradičný odber krvi.

13. 2. | 16.30 – 18.00 | Kurz spoločenských tancov pre manželské páry
KC AKTIVITY |

21. 2. | Burza starožitností a Gazdovské trhy
VÝSTAVISKO EXPOCENTER | Burza starožitností, zberateľských predmetov, zaujímavosti a Gazdovské trhy.

22. 2. | 18.00 | Železiar: CO ŠE ČERVEŇEJE



KINO HVIEZDA | Repríza programu Folklórneho súboru Železiar z Košíc k 50. výročiu. Vstupné: 10 €. Predpredaj vstupienky v KIC Trenčín. Info vstupenky kontakt: 032/6504 709.

24. 2. | 19.00 | Masquerade students ball 2015
PIANO KLUB | City University of Seattle. Študentský parlament uvádza Maškarný študentský ples. Hudba: Mortimor band. Lístky si môžete zakúpiť u členov študentského parlamentu (zkoprdo@gmail.com).

KONTAKTY

ARTKINO METRO	Mierové nám. 4, 032/743 44 15, www.lampart.sk
ART CENTRUM SYNAGÓGA	
CENTRUM SENIOROV	Osvienčinská 3, 032/743 45 35
CINEMAX	ZOC MAX, Gen. M. R. Štefánika 426, 032/741 92 40, www.cine-max.sk
GMAB Galéria M. A. Bazovského	Palackého 27, 032/743 68 58, www.gmab.sk
KC AKTIVITY	Kyjevská 3183, 032/658 26 08, www.kcaktivty.sk
KC STRED	28. októbra, 032/652 21 36
KC KUBRA	Kubranská 94, 0907 516 720
KDaM TIGRÍKY	Mierové námestie 34, 0903 783 724, www.tancujuce-tigriky.sk
KINO HVIEZDA	Kniežaťa Pribinu 3, hviezda@trencin.sk, 0902 911 480
KLUB LÚČ	Kniežaťa Pribinu 2, 0903 027 910, www.klubluc.sk
KURSALÓN	Trenčianske Teplice
MC SRDIEČKO	Hviezdoslavova 6, 032/743 04 32, www.mcsrdiecko.sk
MC SRDIEČKO	Pobočka v KC Stred, Ul. 28. októbra 2, 032/743 04 32
MESTSKÁ VEŽA	Sládkovičova ul., 032/650 42 10
MESTSKÁ ŠPORTOVÁ HALA	Mládežnícka ul., 032/7436336
OC LAUGARICIO	Belá
PIANO KLUB	Pod Sokolicami 16, 032/744 50 81, www.pianoclub.sk
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16, 0960 333 815
(PK) Prvá Komorná DIVADĽNÁ SCÉNA	Kniežaťa Pribinu 2, 0903 027 910
SOKOLOVNÁ	Mládežnícka 2
TANEČNÉ ŠTÚDIO ANIDE	Kyjevská, anide@seznam.cz, www.anidestudio.sk
TSK Trenčiansky samosprávny kraj	K dolnej stanici
VKMR	Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčine, ulice Jaselská a Hasičská 1
VÝSTAVISKO EXPO CENTER	Pod Sokolicami 43, www.expo-center.sk