

28. 5.  
10.00 – 18.00  
**Deň detí**

**MIEROVÉ NÁM.**  
Deň plný zábavy –  
detské divadielka,  
súťaže, hry  
pre všetky deti  
pri príležitosti  
Medzinárodného  
dňa detí.



# Kam v Trenčíne máj 2016

## ■ DIVADLO

**14. 5. | 19.00 | Dámsky večierok**  
KD OPATOVÁ | Divadelnú detektívnu hru z 50. rokov uvedie Divadlo Lusian z Nového Mesta n./V.

**15. 5. | 18.00 | Zvlnený studený front**

KINO HVIEZDA | Predstavenie Divadla Normálka zavedie divákov do roku 2112. Stávajú sa návštevníkmi múzea, v ktorom ich sprievodkyňa oboznámi so životom a dielom slávnej hlásateľky počasia Izabely Luny Pagáčovej.

**20. 5. | 20.00 | Pavol Seriš: Zo ZOO**  
PK DIVADELNÁ SCÉNA | Energická pohybová komédia jedného herca z prostredia zoologetickej záhrady.

**23. 5. | 19.00 | Chlieb s maslom**



**POSÁDKOVÝ KLUB** | Príbeh o živote troch pánov a ich životných žien. Hrajú: Barbora Švidraňová, Juraj Loj, Branislav Deák, Martin Mňahončák.

**27. 5. | 8.30 | Misky strieborné – nádoby výborné**

**POSÁDKOVÝ KLUB** | Mestské divadlo Trenčín uvádza hru Jany Juráňovej o tajomstvách žien, ktoré žili so štúrovcami.

**31. 5. | 20.00 | Divadlo Kolomaž: Blázon**

**PK DIVADELNÁ SCÉNA** | Pútavý príbeh o osude človeka, ktorý sa považuje za Ježiša.

## ■ KONCERTY

**6. 5. | 18.00 | Kysucký prameň z Ošadnice**



**POSÁDKOVÝ KLUB** | Koncertný program jednej z najobľúbenejších kapiel z TV Slágr – Kysuckého prameňa. V dvojhodinovom programe zaznejú overené hity aj najnovšie piesne z ich 13. CD, ktoré vyjde v máji. Špeciálny hosť – klenot slovenskej heligónky – Vlasta Mudriková.

**8. 5. | 15.00 | 4. Opatovská harmonika**

**DK OPATOVÁ** | Ďalšie kolo čoraz úspešnejšej Opatovskej harmoniky. Vystúpi: manželia Horkovci, Dominik Minárik, Tomáš Marták, Jozef Šedivý, Jozef Chupáč, deti z harmonickej akadémie, sestry Bacmaňákové.

**8. 5. | 18.00 | Renatka Feríková (soprán), Jana Nagy – Juhász (klavír)**

**PIARISTICKÉ GYMNAZIUM** | Vokálny koncert.

**18. 5. | 17.30 | Ramivana**

**PENZIÓŇ KEROLA** | Muzikoterapeutický koncert. Tóny Khoomei mongolských hrdelných spevov a harmonických hudobných nástrojov z celého sveta. Je potrebné vopred sa nahlásiť.

**20. 5. | 19.00 | Milo Kráľ band a Barbora Švidraňová**

**POSÁDKOVÝ KLUB** | Výber skladieb, pôvodne použitých v divadelných predstaveniach, upravených do rockovej podoby.

**25. 5. | 16.00 | Hrajú nám pre radosť**

**POSÁDKOVÝ KLUB** | Koncert detí Základnej umeleckej školy K. Pádívého Trenčín.

**27. 5. | 17.00 – 19.00 | Koncert žiakov hudobných kurzov**

**KC AKTIVITY** | Koncoročný koncert žiakov gitarovej školy Dušana Dobiáša a klavírnej školy Ireny Buchtíkovej.

**30. 5. | 19.00 | Hana Zagorová – Narodeninový galakonzert**

**POSÁDKOVÝ KLUB** | Jedna z najväčších hviezd česko-slovenskej hudobnej scény, pri príležitosti jej významného životného jubilea poteší svojich priaznivcov.

**10. 6. | 19.00 | Peter Lipa & band a Milan Lasica**

**POSÁDKOVÝ KLUB** | Mestské divadlo Trenčín uvádza Petra Lipu so skupinou a Milana Lasicu v programe Lipa spieva Lasicu – koncert naživo.

**13. 5. | 16.00 | Same nebe**

**MIEROVÉ NÁMESTIE** | Koncert slovinskej hudobnej skupiny v rámci podujatia Slovinské dni.

## ■ PRE DETI

**pondelok, streda, piatok | Tanečná škola Aura dance**

**KC AKTIVITY** | Tanečná škola moderného tanca pre deti od 5 do 15 rokov. Info a prihlášky: 0908 731 125.

**utorok, štvrtok | Korzo dance**

**SZUŠ Trenčín – tanečný odbor KC AKTIVITY** | Tanečná škola moderného tanca pre deti. Info a prihlášky: 0904 504 032.

**utorok | 15.00 – 17.00 | Klub keramikárov**

**KC AKTIVITY** | Krúžok pre deti a mládež od 6 rokov. Prihlášky a info: 0918 561 320 alebo mirka@kcaktivty.sk.

**utorok, nedeľa | 9.00 – 11.00 | Junior E club**

**LADIES ECLUB** | Zdravé a hravé pohybové i kreatívne aktivity pre deti od 2 rokov a ich mamičky cvičiace v kruhovom tréningu.

**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.

**streda | 9.00 – 10.00 | Riekankovo**

**KC STRED** | Mamička a dieťa sa pri spoločnej hre učia aj riekanky.

**5., 19. 5. | 9.30 – 11.30 | Galerikovo**

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

**15. 5. | 16.00 | Detský divadelný klub: Princezná a drak**

**PK DIVADELNÁ SCÉNA** | Veselá rozprávka o tom, že princezná nebvávajú vždy len milé a poslušné a draci nie sú vždy zlé obľuby, ktoré mávajú princeznú na obed.

**16. 5. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku**

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

**17. 5. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku**

**VEREJNÁ KNIŽNICA** | Spoločné čítanie v knižnici v pobočke Kubrá.

**21. 5. | 10.00 – 22.00 | Trenčín a jeho tajomstvá**

**MIEROVÉ NÁMESTIE** | Detská pátracia hra. S kreslenou mapou môžu prejsť zaujímavé miesta v Trenčíne, hľadať indicie a objavovať tajomstvá. Za vyplnenú tajničku môžu získať sladkú odmenu a vyhrať pekné ceny. Tajničku nájdú v KIC alebo na webe. Viac v KIC alebo na [www.trencin.sk](http://www.trencin.sk) a [www.visittrencin.sk](http://www.visittrencin.sk).

**28. 5. | 13.00 – 18.00 | Deň detí MIEROVÉ NÁMESTIE** | Deň plný zábavy – detské divadielka, súťaže, hry pre všetky deti pri príležitosti Medzinárodného dňa detí.

**28. 5. | 15.00 – 18.00 | Tvorivé dielničky**

**OC LAUGARICIO** | Tvorivé dielničky pre deti.

**29. 5. | 10.00 – 14.00 | Deň detí na Brezine**

**BREZINA** | Pestrý program pripravili MC Srdiečko a Tazárnia.

## ■ NEDAJTE SI UJŠŤ

**11. 5. | Noc literatúry**

N	O	C	
L	I	T	E
A	T	Ú	R
			Y
TRENČÍN			

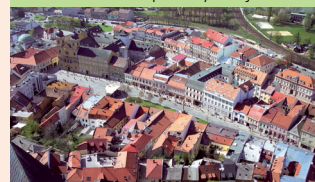
**CENTRUM MESTA** – Verejné čítanie na netradičných miestach. 17.30 VKMR JASELSKÁ – v knižnici opäť pod holým nebom, tento raz s rodákom z Kálnice, výtvarníkom a humoristom Milanom Stanom. 18.45 MESTSKÁ VEŽA – Čítanie fotografa a básnika Jana Tluku spojené so stretnutím členov Združenia výtvarníkov a humoristov Milanom Stanom. 19.30 CENTRUM PRE RODINU – Číta rozhlasový redaktor Ctibor Michalka, hosť sochár Dominik Monček. 20.15 KLUB BARBAR – Číta moderátorka Zuzana Laurinčíková. 21.00 GMAB – Číta rozhlasový redaktor Peter Michalík.

**21. 5. | 16.00 | Prechádzka mestom so sprievodcom: Mierové námestie – premeny a zaujímavosti**

## PRECHÁDZKY MESTOM

SO SPRIEVODCOM

Mierové námestie – premeny a zaujímavosti



SOBOTA • 21. 5. 2016 • 16.00  
stretnutie pri KIC – Mierové námestie

**KIC** | Ďalšia zo série pravidelných prechádzok mestom s výkladom sprievodcu. Mierové námestie bolo od počiatku centrom politického, ekonomického, kultúrneho a spoločenského života mesta, kde sa konali trhy, bývali najbohatší obyvatelia a zároveň bolo miestom popráv. Názov, rovnako ako podoba námestia, sa neustále menili. Kde sa nachádzala autobusová zástavka? Čo bolo pôvodne na mieste pošty a aké boli neuskutočnené plány? Prečo bola Trenčanmi obľúbená reštaurácia Ernesta Lencaza?



**streda | 17.00 | Cvičenie pre tehotné – profylaxia**

KC STRED |

**streda | 17.00 | Zumba pre mamičky**

HOSS SPORT CENTER | Zumba pre mamičky v spolupráci s Materským centrom Srďiečko Trenčín. Vonku na multifunkčnom ihrisku.

**streda | 18.00 – 19.00 |****Bodywork**

KC AKTIVITY | Hodina s prvkami dance aerobiku spojená s posilňovaním a strečingom.

**streda | 18.15 – 19.15 | Fit lopty a bodywork**

KC AKTIVITY |

**streda | 19.30 – 20.30 | Tai – či**

KC AKTIVITY |

**štvrtok | 9.30 – 10.30 | Pohyb v zrelom veku**

LADIES ECLUB | Hodina je zameraná na jemnú motoriku, ponáťahovanie skrátčených svalov a uvoľnenie stuhnutých svalov. Podpora imunity, zlepšenie kondície, usmievavá nálada.

**štvrtok | 19.00 – 20.30 |****Cvičenie na chrbticu**

KC AKTIVITY | Zamerané na posilnenie a regeneráciu svalového jadra tela, svaly okolo chrbtice, svaly, šľachy a kĺby celého tela. Vedie Ján Pevný. Informácie: 0911 029 030.

**štvrtok | 19.00 – 20.00 |****Cvičenie pilates začiatočníci a mierne pokročilí**

KC AKTIVITY | Zamerané na hlboký svalový systém, podporu krížovej chrbtice a laterálne hrudné dýchanie. Info a prihlasovanie: 0905 705 431.

**sobota | 17.30 – 19.30 | Parkour & Freerunning**

VÝSTAVISKO EXPOCENTER | Tréning pre verejnosť. Info: jakubhalgos@bornotrick.com, 0908 166 858.

**1. – 31. 5. | 9.00 – 20.00 |****Centrum pohybu a tanca**

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.

**1. – 31. 5. | 7.00 – 20.00 |****Kruhový tréning pre ženy**

LADIES ECLUB | Kombinuje prvky kardiovaskulárneho a silového cvičenia na 8 hydraulických strojoch a 8 aeróbnych medzistanciách pod odborným dohľadom trénerky. Bez nutnosti objednania 7 dní v týždni. Vek a kondícia nerozhodujú.

**FESTIVALY****7. 5. | 12.00 | Folkfest pod Ostrým**

SOBLAHOV | Chata pod Ostrým vrchom privíta 2. ročník festivalu, ktorý spája podporu umelcov menších žánrov a aktívne využívanie voľného času v prírode. Možnosť bezplatnej prepravy autobusom

„BUS Folkfest pod Ostrým“. Na festival o 11.30 z parkoviska COOP pod Juhom, 11.40 z križovatky pri križi Soblahov. Z festivalu o 22.00 z Chaty pod Ostrým vrchom. Program: 12.00 ADO JURÁČEK, 12.30 CALI, 13.00 CARETA, 14.00 PASSAGE, 15.00 POCITY, 16.00 PETER JANKŮ, 17.00 DEVÍTKA, 18.30 SPOT BUDÍNA, 20.00 POUTA, 21.00 AURELIUS Q a KRAJKA. Spríevodné aktivity – jazda na koni a netradičné športy. Vhodné aj pre rodiny s deťmi.

**PREDNÁŠKY****štvrtok | 16.30 | Štvrtkové vzdelávania**

KC STRED | Cyklus rodičovských diskusií. Témy: Domáca škola-farebný svet. Raz týždeň raz ja – prvé stretnutie s logopedičkou – deti 0-3 roky. Prírodný pôrod v nemocnici a rola pôrodnej asistentky v komunite. Starostlivosť o dutinu ústnu od narodenia.

**3. 5. | 16.30 | P. Dvořák: Lovci mamutov a tí druhí**

VKMR HASIČSKÁ | Beseda s historikom Pavlom Dvořákom a prezentácia reedície jeho knihy z roku 1953. Spojené s prezentáciou knihy Malované dejiny Bratislavy.

**5. 5. | 16.30 | J. Beňo: Život s kufrom**

VKMR HASIČSKÁ | Výpoveď o tom, čo všetko pulzuje v mladom človeku koncom minulých päťdesiatych rokov.

**5. 5. | 17.30 | „Čas zapnúť“ a „Spolu nám TOFUNGUJE“**

PENZIÓN KEROLA | Motiváčná prednáška s ochutnávkou TOFU. Je potrebné sa vopred nahlásiť.

**6. 5. | 17.00 | Sebaláska**

PENZIÓN KEROLA | Láska k sebe je základ vnútornej spokojnosti a kvalitných vzťahov. Na prednášku je potrebné sa vopred nahlásiť.

**9. 5. | 16.00 | Úprava korún ovocných drevín, redukcia násady plodov**

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Cyril Boldiš.

**10. 5. | 17.30 | Životné poslanie cez techniky používané v rozstaveniach s figúrkami**

PENZIÓN KEROLA | Rozprávanie o terapeutickej praxi s otvorenou diskusiou na tému životného poslaní. Na prednášku je potrebné sa vopred nahlásiť.

**10. 5. | 18.00 | Dobrodružstvo meditácie**

PANORÁMA CLUB | Prednáša dr. Pradhan Balter z New Yorku (s prekladom).

**11. 5. | 13.30 | Seminár XXIX. ročníka Akadémie tretieho veku**

KC STRED | Prednášky podľa Programu ATV na šk. rok 2015/2016.

**12. 5. | 15.30 | D. Dvořáková: Barbora Celjská**

VKMR HASIČSKÁ | Prednáška historičky Danieľ Dvořákovovej o jednej z najvýznamnejších postáv stredoveku „Čiernej kráľovnej“ Barbore Celjskej, v rámci Slovinských dní v Trenčíne.

**17. 5. | 16.30 | A. Krzemieňová: Telo napovie**

VKMR HASIČSKÁ | Beseda s terapeutkou, autorkou ezoterickej literatúry Antoniou Krzemieňovou, zaoberajúcou sa psychosomatikou, psychohygienou a vplyvom myslenia na zdravie človeka a prezentácia jej knihy.

**17. 5. | 18.00 – 19.30 | Choices:****Ako odhaliť a poraziť manipuláciu?**

KLUB LÚČ | Ako fungujú manipulačné techniky a ako ich v komunikácii spoľahlivo rozpoznáme? Ako na ne účinne reagovať? So psychológmi Martinom Čajkom a Michalom Šoltésom, komunikačnými trénermi a autormi vzdelávacieho portálu www.otvorenahra.sk

**19. 5. | 17.00 | Liečenie limbeckého odtlačku**

PENZIÓN KEROLA | Vedená terapeutická meditácia pre uvoľnenie obmedzujúcich vzorcov z minulosti. Je to hlboká vnútorná cesta do prenatalného stavu a raného detstva. Na prednášku je potrebné sa vopred nahlásiť.

**19. 5. | 16.00 | Historický význam nových archeologických nálezov mincí z Trenčína a okolia**

POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ján Hunka.

**20. 5. | 16.30 | B. Urbanová:****Človek človeku človekom**

VKMR HASIČSKÁ | Prezentácia básnickej zbierky členky Literárneho klubu Omega v Trenčíne Blaženy Urbanovej.

**21. 5. | 9.00 – 18.00 | Svetový týždeň rešpektu k pôrodu**

MC SRDIEČKO | Workshopy, diskusie, stretnutia s odborníkmi. Hlavná téma: O prirodzených prístupoch k pôrodu rešpektujúcich mamu a dieťa.

**21. 5. | 10.00 | Cesta čistého vedomia**

KC AKTIVITY | Celodenný prednáškový seminár, prednáša Ján Pevný. Informácie: 0911 029 030.

**26. 5. | 16.30 | Potulky svetom: Srí Lanka**

VKMR HASIČSKÁ | Rozprávanie cestovateľky Ireny Chrapanovej o zážitkoch počas potuliek po exotickom ostrove Cejlón v Indickom oceáne.

**KURZY****pondelok – piatok | 13.00 – 18.00 | Klavír**  
CENTRUM SENIOROV |**pondelok – piatok | 13.00 – 18.00 | Akordeón**  
CENTRUM SENIOROV |**pondelok, streda | 14.00 | Klavírna škola M. Staňová**  
KC AKTIVITY |**pondelok | 16.30 | Keramika – kurz pre deti i dospelých**  
CENTRUM SENIOROV |**pondelok | 17.30 – 19.00 | Francúzsky jazyk pokročilí**  
KC AKTIVITY |**utorok | 10.00 | Podporná skupina mamičiek v dojčení**  
KC STRED | Cvičenie vhodné aj pre tehotné, ako príprava na dojčenie.**utorok – štvrtok | 12.30 – 18.00 | Gitara**  
CENTRUM SENIOROV |**utorok – štvrtok | 12.30 – 18.00 | Flauta**  
CENTRUM SENIOROV |**KINO**

Susedia na odstrel. Režisér Nicholas Stoller znovu predvedie všetky odtiene susedského pekla a navyše dokáže, že baby môžu byť v niektorých prípadoch oveľa nebezpečnejšie ako chalani. Hlavné, ak ich je viac pohromada.

**od 19. 5. | X-MEN: Apokalypsa**

Americký akčný sci-fi film. Apokalypsa, prvý a najsilnejší z mutantov marveľovského sveta X-Menov, sa po tisícoch rokov prebudil a je hlboko rozčarovaný. Nikto ho už neuctieva ako boha. Zem je znečistená, plná konfliktov, násilia a ľudia sa klaňajú falošným modlám. Preto chce zničiť súčasnú civilizáciu, očistiť planétu a nastoliť nový svetový poriadok, ktorému chce vládnuť.

**od 26. 5. | Maggie má plán**

Americká romantická komédia. Mladá a sebavedomá Newyorčanka sa rozhodla ísť na umelé oplodnenie, pretože cíti, že by sa mala stať matkou. Všetko sa však skomplikuje, keď sa zaľúbi do svojej bývalej vysokoškolskej známosti.

**ARTKINO METRO****4. 5. | 19.00 | Boj**

Dánsky film. Majster tichého napätia Tobias Lindholm predstavuje po filmoch Hon a Únos ďalšiu skvele vypracovanú osobnú drámu, ktorá si hneď po premiérovom uvedení na festivale v Benátkach vyslúžila mimoriadne ovácie.

**5. 5. | 18.00 | Príbeh lesa**

Po úchvatných dokumentoch Putovanie vtákov a Oceány prichádza dvojica Jacques Perrin a Jacques Cluzaud s Príbehom lesa. Dokument nakrúcali štyri roky, s využitím tých najmodernejších technológií, na desiatkach lokalít po celej Európe, dokonca sami žili v lese so sledovanými divokými zvieratami.

**5. 5. | 20.00 | Ja, Olga Hepnarová**

Príbeh mladej ženy, ktorá v roku 1973 nasadla do nákladného auta a v centre Prahy zabila osem ľudí. Svoj čin považovala za akt pomsty spoločnosti, ktorá jej podľa nej celý život ubližovala, a v roku 1975 ju ako poslednú ženu v Československu popravili.

**6. 5. | 17.00 | Večer študentských filmov**

Pravidelné stretnutie s mladou generáciou filmových tvorcov Akadémie umení.

