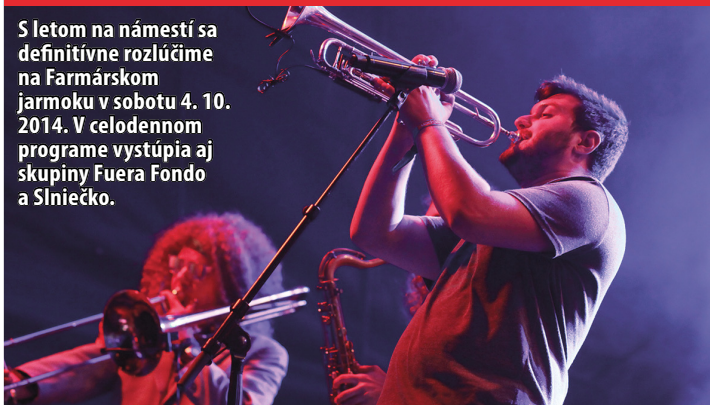


Fuera Fondo na námestí

S letom na námestí sa definitívne rozlúčiame na Farmárskom jarmoku v sobotu 4. 10. 2014. V celodennom programe vystúpia aj skupiny Fuera Fondo a Slniečko.



■ DIVADLO

5. 10. | 18.00 | Zvlnený studený front

KINO HVIEZDA | Autorské predstavenie divadla Normálka o živote a diele slávnej hlásateľky počasia Izabelly Luny Pagáčovej.

10. 10. | 20.00 | S + H: Diagnóza F-R-K! + afterpárty



KLUB LÚČ | Dvojica Seriš+Hubinský najskôr všetkých pobaví divadelnými skečmi a následne roztancuje. O 20.00 repríza najnovšieho kusu S+H s názvom „Diagnóza: FRKI!“, o 22.00 sa obaja protagonisti postavajú za dj-sky pult, aby opäť rozhybali aj posledného lenivca.

18. 10. | 19.00 | Eva Holubová: Hviezda



KINO HVIEZDA | Pôvodná česká one woman show venovaná Eve Holubovej. Komédia o fiktívnej seriálovej herečke.

25. 10. | 19.00 | Tri tvorivé tvory
KINO HVIEZDA | Večer divadelnej improvizácie. Juraj „Šoko“ Tabaček, Lukáš „Pucho“ Puchovský a Stanislav „Stanley“ Staško.

27. 10. | 19.00 | Štyria na kanape
POSÁDKOVÝ KLUB | Vtipná a bláznivá komédia o peripetiách rozpadu manželstva. Hrajú Petra Polnišová, Henrieta Mičková, Emil Horváth, Richard Stanke, Ľuboš Kostelný.

29. 10. | 19.00 | Daj mi šťastie
PK DIVADELNÁ SCÉNA | Autorský projekt režiséra Jana Žúrka a choreografky Hany Košíkovej vytvorený pre skupinu alibistických „floutků a kočiček“, ktorí sú schopní spraviť pre svoje šťastie čokoľvek. Hrá Divadlo na cucky (Olomouc).

31. 10. | 20.00 | Europeana
PRVÁ KOMORNÁ DIVADELNÁ SCÉNA | Dramatizácia textu Patrika Ouředníka o storočí, v ktorom sa to asi prehnalo s hygienou – telesnou i duševnou, individuálnou

i kolektívnu. Absurdný pohľad na svet dvadsiateho storočia v podaní divadla Kolomaž.

2. 11. | 18.00 | Samo z lazov
KINO HVIEZDA | Prvý divadelný dokument o mužovi, ktorý nie je ničím výnimočný. Autorské predstavenie divadla Normálka.

■ KONCERTY

3. 10. | 22.00 | Prago union + Champion sound + djs: Maro, Kato, Jeffology

KLUB LÚČ | Hudba Prago Union je zemitá, páchne človečinou. Majú skalných fanúšikov, dve hudobné ceny Anděl a priaznivú kritiku.

4. 10. | 18.00 | Ide pieseň dokola...

PIANO KLUB | Slávnostné vystúpenie súboru Seniorklub Družba Trenčín pri príležitosti 15. výročia jeho založenia. Účinkujú: Seniorklub Družba, FS Družba, Zahumienkári, Nadšenci, iGajdoši a heligónkari z Tr. Turnej.

4. 10. | 19.30 | Discharge (UK) + Ad acta (SK) + Gusets

KLUB LÚČ | Jediný koncert na Slovensku odohrá britská punková legenda v Trenčíne.

4. 10. | 21.00 | Interior sound
KLUB LÚČ | Rezidentná akcia. Zmes súčasnej elektronickej hudby. Účinkujú: Archivny chlapec, Rafo, Abnormal, Tiff.

10. 10. | 20.00 | Petr Spálený – 70. narodeninový koncert

PIANO CLUB | Jediný koncert na Slovensku.

11. 10. | 19.00 | Krst CD skupiny Šmox

PIANO CLUB | Uvedenie nového CD trenčianskej skupiny Šmox (Peter Machunka, Erich Bernát, Ivan Masarik, Dano Jando a Ivan Pavlík). Spoluúčinkujú: Abraxas (CZ), Kochta band (CZ), Cpt. Slice.

11. 10. | 21.00 | Foolk + Spoiledchild Rex

KLUB LÚČ | Ako by vyzerala hudba, keby bola obrazom na plátne? Slovenský elektronický hudobný producent a DJ Foolk ju maľuje vrstvou za vrstvou. Jeho hudbu už stihla pochváliť rešpektovaná Mary Anne Hobbs, v Austrálii zasa didžeji kultového rádia FBI a na Slovensku získal za svoj ostatný album cenu Radio_Head Award.

12. 10. | 15.30, 18.00 | Zbory POSÁDKOVÝ KLUB | Spoločný orchestrálny projekt spevákov, speváčkových zborov a hudobníkov miest a obcí Slovenska. Diriguje Peter Vlčko.

12. 10. | 18.00 | Klavírny koncert pre 4 ruky

GMB | Hrajú F. Pergler, I. Černeček.

15. 10. | 19.00 | Jarek Nohavica POSÁDKOVÝ KLUB | Koncert ostravského básnika a speváka. Zaznejú známe i nové skladby z pripravovaného CD. Spoluúčinkuje vynikajúci poľský akordeonista Róbert Kuśmierský.

17. 10. | 18.00 | 40 rokov Radosti POSÁDKOVÝ KLUB | Počas slávnostného programu osláv 40. výročia založenia detského folklórneho súboru Radost sa predstavia jeho členovia v Posádkovom klube. Slávnostný program pre rodičov detí a verejnosť.

17. 10. | 20.00 | Buty PIANO CLUB | Koncert.

17. 10. | 21.00 | Pontiak (USA) + Genuine jacks (SK)



KLUB LÚČ | Americká neo-psychedelic rock kapela troch bratov Carneyovcov Pontiak z Blue Ridge Mountain vo Virginii chodí na turné do Európy pravidelne, v Trenčíne však budú po prvýkrát.

18. 10. | 16.00 | 40 rokov Radosti POSÁDKOVÝ KLUB

18. 10. | 20.00 | Rock Oldies Live PIANO CLUB

19. 10. | 18.00 | Vokálny koncert REFLEKTÁR KOLÉGIA PIARISTOV | Jana Bernáthová (soprán), Tereza Kružliaková (mezzosoprán), Jana Nagy – Juhász (klavír).

23. 10. | 19.00 | Vojtech Dyk & B-Side Band

PIANO CLUB | Exspevák českej skupiny Nighthawk – Vojtěch Dyk prichádza do Trenčína. Novodobý český hudobný fenomén spolu s orchestrom B-side band pod vedením Josefa Buchty.

23. 10. | 20.00 | Katapult tisíce a jedné noci tour 2014 POSÁDKOVÝ KLUB | Legendárny rocker Oldřich Říha s kapelou. Predkapela skupina Dilemma vystúpi o 19.00 hod.

25. 10. | 14.00, 18.00 | O troch pramienkoch POSÁDKOVÝ KLUB | Slávnostný program pri príležitosti 15. výročia založenia detského folklórneho súboru Kornička. Slávnostný program pre rodičov a verejnosť.

25. 10. | 20.00 | Para, Le Payaco PIANO CLUB

■ NEDAJTE SI UJŠŤ

4. 10. | 8.00 – 17.00 | Farmársky jarmok

FARMÁRSKY JARMOK

POSLEDNÝ V TOMTO ROKU

4. október 2014

8.00 – 17.00 | Mierové nám.

- Farmárske produkty a výrobky z blízkych regiónov
- Čerstvá zelenina, sezónne ovocie, kaktusy
- Dobré jedlo, pečené ryby, špeciality, burčiaky

Program sa púšťa:

10.00 | LATOVČEK – detský folklórny súbor z Dolnej Súče

11.00 | DIVADLO POD HRIBIKOM – Poprepletko, detské divadlo

12.00 | GOONIES, BAMBULA – tanečná skupina

14.00 | SLNIEČKO – veselá originálna world-music v trnavskom dialekte

15.00 | FUERA FONDO – energická a optimistická – pravá slovenská SKA kapela

Sprievodný program:

10.30 | PASTIERSKE HRY – vozenie na koníkoch, živé zvieratká – holuby, zajace, sliepky, ovečky.

15.30 | TRENČIANSKE ULICE – známe a neznáme názvy ulíc v mape Trenčína – prehliadka s profesionálnym sprievodcom (stretnutie pred KIC).

MIEROVÉ NÁMESTIE | Farmárske produkty a výrobky z blízkych regiónov, čerstvá zelenina, sezónne ovocie, kaktusy, dobré jedlo, pečené ryby, špeciality, burčiaky.

Program:
10.00 – **Latovček** – detský folklórny súbor z Dolnej Súče.

11.00 – **Divadlo pod hribikom** – Poprepletko, detské divadlo.

12.00 – **Goonies, Bambula** – tanečná skupina.

14.00 – **Slniečko** – veselá originálna world-music v trnavskom dialekte.
16.00 – **Fuera fondo** – energická a optimistická – pravá slovenská SKA kapela.

Sprievodný program:
10.30 – **Pastierske hry pre deti**, vozenie na koníkoch, živé zvieratká – holuby, zajace, sliepky, ovečky.
15.30 – **Trenčianske ulice** – známe a neznáme názvy ulíc v mape Trenčína – prehliadka s profesionálnym sprievodcom (stretnutie pred KIC).

■ FILM

CINEMAX

od 9. 10. | Láska na vlásku
Slovenský rodinný historický film v hlavnej úlohe so speváčkou Celeste Buckingham. Inšpirovaný románom Marka Twaina Princ a bedár.

od 2. 10. | Sedem trpaslíkov
Animovaný film. 7 trpaslíkov, 18. narodeniny, 2 draci, bozk alebo 100 rokov spanku... a rozprávka môže začať!

od 2. 10. | Stratené dievča
Mysteriózny thriller s Benom Affleckom v hlavnej úlohe je adaptáciou rovnomeného bestselleru Gilliana Flynn, ktorý sám napísal aj scenár.

FILM

od 2. 10. | Annabelle
Americký horor nevhodný do 18 r.

od 9. 10. | Anjeli
Adaptácia mimoriadneho románu Michala Viewegha Andéle všedného. Nad B. Polívkom, Z. Bydžovskou či Z. Kroneovou v ňom bdejú anjeli M. Labuda, V. Dyk, V. Javorský a E. Křenková.

od 16. 10. | Dom kúziel
Animovaný dobrodružný film. Opustený kocúrik Hrom sa jedného dňa ocitne v tajuplnom dome starého kúzelníka.

od 16. 10. | Čo s láskou
Americká romantická dráma. Bývalí milenci z vysokej školy sa stretávajú po mnohých rokoch.

ARTKINO METRO

2. 10. | 19. 10. | Koyaanisqatsi
Koyaanisqatsi je prvý film z dokumentárnej trilógie, ktorý sa zaoberá vzťahom človeka a moderných technológií.

3. 10. | 15. 30. | Teenage: Ozveny festivalu študentských filmov XIII.
15.30 Blok animovaných filmov, 16.30 Blok dokumentárnych filmov, 17.30 Blok hraných filmov.

3. 10. | 19. 10. | Storočný starček, ktorý vyliezol z okna a zmizol
Príbeh Allana Karlssona, ktorý sa síce nikdy nezaujímal o politiku, ale napriek tomu bol vždy nejakým zapleteným do veľkých historických udalostí 20. storočia.

3. – 4. 10. | 21. 10. | Lucy
Akčný futuristický film Luca Bessona so Scarlett Johansson v hlavnej úlohe.

4. 10. | 19. 10. | Fakjú pán profesor
Nemecká komédia.

5. 10. | 16. 10. | Traja bratia
Traja bratia (Vojtěch Dyk, Tomáš Klus, Zdeněk Piškula) sa vydávajú do sveta na skusy, aby si našli nevesty a rodičia im mohli prenechať hospodárstvo.

5. 10. | 19. 10. | Kňazove deti
Na ostrove chorvátskej Dalmácie je kňaz zdesený tunajšími pôrodnými a úmrtnými štatistikami. Úmrtnosť je príliš vysoká a pôrodnosť zase príliš nízka.

7. – 8. 10. | 19. 10. | Jimmy P.
Epický príbeh o pekle vojny, o Indiánoch a o sile priateľstva.

9. 10. | 10. 10. | Kúzlo mesačného svitu
Špeciálna projekcia pre mamičky na materskej dovolenke, ktoré môžu do kina zobrať aj svoje ratolesti.

9. – 11. 10. | 19. 10. | Ťažký deň
Čiernobiely komediálny dokument z roku 1964, v ktorom Richard Lester zachytáva skupinu The Beatles.

10. 10. | 21. 10. | Annabelle
Americký horor nevhodný pre maloletých do 18 r.

11. 10. | 10. 10. | Anime play all day
Celodenné premietanie japonských animovaných filmov organizované filmovým klubom Teenage.

11., 12. 10. | Najhľadanejší muž
Film nakrútený podľa bestselleru Johna

26. 10. | 18. 00. | Komorný koncert
HOTEL ELIZABETH | Jozef Zsapka (gitara), Dagmar Zsapková (flauta).

28. 10. | 19. 00. | Lúčnica
POSÁDKOVÝ KLUB | Výber najúspešnejších programov zachytáva rozmanité umelecké prejavy bohatej ľudovej tradície v tanci, v hudbe a kroji, od jemných ženských tancov cez hravé a vtipné, až po temperamentné párové a virtuózne mužské tance.

11. 11. | 19. 00. | Tour 2014 Katarína Knechtová & Cigánski diabli
POSÁDKOVÝ KLUB | Do Trenčína prichádza exkluzívna pop & ethno tour 2014 s 12 členným hudobným zoskupením. Diabli budú hrať Katku Knechtovú a Katarínu Knechtovú zasa Diablov.

PRE DETI

pondelok, utorok, streda a piatok | Korzo dance
KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca SZUŠ Trenčín pre deti. Informácie a prihlášky na 0904 504 032.

pondelok, utorok, streda a piatok | Tanečná škola Aura dance
KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti od 6 do 15 rokov. Informácie a prihlášky na 0908 731 125.

utorok | 10. 00 – 11. 00. | Tvorenie s potešením
KC AKTIVITY | Pre deti od 2 rokov v sprievode jedného z rodičov. Výtvarné techniky so zameraním na rozvíjanie jemnej motoriky rúk a tvorivého myslenia.

utorok | 10. 00 – 11. 00. | Klubovníčka
KCAKTIVITY | Pohybovo náučné aktivity pre chlapcov aj dievčatá vo veku 2 – 3 roky.

utorok | 15. 00 – 16. 30. | Klub keramikárov
KC AKTIVITY | Pre deti a mládež s výučbou základnej práce s hlinou a glazúrou a inými netradičnými materiálmi. Prihlášky a informácie na 0908 210 940 alebo info@kcaktivita.sk.

utorok | 16. 00 – 18. 00. | Klubovníčka
KC AKTIVITY | Pohybovo náučné aktivity pre deti vo veku 3 – 5 rokov. Prihlášky a informácie na 0908 280 901, www.klubovnicka.sk.

utorok | 17. 00. | Cvičenie detí s rodičmi
ZŠ DLHÉ HONY |

streda | 9. 30. | Riekankovo
MC SRDIEČKO KC STRED | Mamička a dieťa sa pri spoločnej hre učia riekanky.

streda | 10. 00 – 11. 00. | Skákajúce žabky
KC AKTIVITY | Prídte si zaskákať v rytme hudby. Pre deti vo veku 1,5 – 3 roky. Prihlášky a informácie 0903 629 050.

streda, štvrtok | 10. 00 – 11. 00. | Duplo klubík
KC AKTIVITY | Lego klub pre deti vo veku 2-4 roky v sprievode rodiča. Skladanie a hry na rôzne témy.

streda, piatok | 16. 00 – 17. 00. | Tanečná škola Goonies
KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti od 3 rokov. Informácie a prihlášky na 0915 101 051.

streda, štvrtok | 16. 30 – 17. 30. | Šikovniček
KC AKTIVITY | Kreatívny klub pre deti vo veku 6 – 9 rokov.

streda | 17. 00. | Cvičenie detí s rodičmi
SOKOLOVNÁ |

1., 15., 29. | 9. 30 – 11. 30. | Ateliér majstra Galerka
GMAB | Tvorivé dielničky pre malé deti od 18 mesiacov do 5 rokov.

3. 10. | Moje mesto povolání
ZOC MAX | Skúška povolání pre deti, ktoré si môžu naživo vyskúšať budúce povolanie.

12. 10. | 16. 00. | O deviatich mesiačkoch



KINO HVIEZDA | Bábkové predstavenie pre zvedavé deti, ktoré chcú stále vedieť, ako príšli na tento svet. V Detskom divadelnom klube účinkuje Divadlo PIKI. Vhodné pre deti od 3 rokov.

17. 10. | 9. 00, 10. 30. | Spisovateľka z knižnice
VKMR HASIČSKÁ | Beseda žiakov ZŠ so známou slovenskou spisovateľkou pre deti a mládež Gabrielou Futovou, pracovníčkou Knižnice P. O. Hviezdoslava v Prešove. Počet miest je obmedzený. Účasť treba vopred nahlásiť. Kontakt: 032/746 07 15, deti@vkmr.sk.

19. 10. | 16. 00. | Fiha tralala
POSÁDKOVÝ KLUB | Divadelno-pesničková show Fiha tralala. Škriatok Fiha učí deti prostredníctvom autorských pesničiek spoznávať svet.

19. 10. | 16. 00. | Môj macík
KINO HVIEZDA | Mestské divadlo Trenčín uvedie rozprávku o dievčatku a mackovi. Predstavenie je určené najmenším divákom a tým, ktorí si chcú zaspomínať a zabaviť sa na niečom veľmi pozitívnom.

20. 10. | 10. 00. | Hľadáme stratenú rozprávku
VEREJNÁ KNIŽNICA | Deti a rodičia spoločne čítajú v knižnici na Hasičskej v pobočke na Juhu a na Dlhých Honoch.

21. 10. | 10. 00. | Hľadáme stratenú rozprávku
VEREJNÁ KNIŽNICA | Spoločné čítanie v knižnici v pobočke Kubra.

23. 10. | 16. 30. | Kreatívny rodič a šikovné dieťa
MC SRDIEČKO KC STRED | Tekvičky – vyrobíme/recyklujeme. Z PET fľaš si malý záhradník vytvorí tekvičku.

25. 10. | 15. 00 – 18. 00. | Halloween – sviatok strašidiel
OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky pre deti – predstavujeme povolanie ilustrátor. Vydáme sa do sveta škriatkov a strašidiel, pripravíme sa na halloweensku párty.

26. 10. | 16. 00. | Červená čiapočka
KINO HVIEZDA | Autorský prepis známej rozprávky v rámci Detského divadelného klubu uvádza divadlo KOLOMAŽ.

29. 10. | 12. 00. | Severská detektívka – moje hobby
VKMR HASIČSKÁ | Beseda žiakov ZŠ a študentov SŠ s prekladateľom diel najznámejších škandinávskych spisovateľov, sprievodcom BUBO Travel agency Jozefom Zelízňakom. Počet miest je obmedzený. Účasť treba vopred nahlásiť. Kontakt: 032/7460715, deti@vkmr.sk.

VÝSTAVY

Miloš Alexander Bazovský
GALÉRIA M. A. BAZOVSKÉHO | Stála expozícia.

1. – 19. 10. | Katarína Vavrová: Vyznanie môjmu otcovi
GMAB | Výrazná predstaviteľka generácie vstupujúcej na slovenskú výtvarnú scénu začiatkom deväťdesiatych rokov 20. storočia sa predstavuje svojou maľbou, dielami najmä z posledných troch rokov, hoci jej tvorba je podstatne širšia – okrem maľby zahŕňa aj kresbu a grafiku.

1. – 19. 10. | Petra Némethová: Čiara v nekonečne
GMAB | Autorka pedagogicky pôsobí na Strednej umeleckej škole v Trenčine. Venuje sa kresbe, serigrafii a kombinovaným technikám, vytvoreným spojením kresby a koláže.

1. – 31. 10. | Fotografie Tatry a Podhalie 19. – 20. storočia
CENTRUM SENIOROV | Fotografie zo zbierok Etnografického múzea z Krakova.

1. – 9. 10. | Club aktivity 2014
POSÁDKOVÝ KLUB | Posádková prehliadka záujmovej, umeleckej a technickej činnosti.

1. – 17. 10. | Výstava SÚHRY 2014



MESTSKÁ VEŽA | Kostým, rekvizita, bábka a priestor spolu vytvárajú pocit, emóciu, príbeh. SÚHRA prác žiakov scenickej kostýmovej tvorby Strednej umeleckej školy v Trenčine s prácami pedagógov, ktorí odovzdávajú svoje skúsenosti z divadiel, workshopov a televízie.

3. – 31. 10. | 51. MÉTA
TSK | Jubilejná výstava fotografií členov fotokupiny. Vernisáž 3. 10. o 17.00.

14. – 17. 10. | ELO SYS 2014
VÝSTAVISKO EXPO CENTER | 20. ročník medzinárodného veľtrhu elektrotechniky, elektroniky, energetiky a telekomunikácií.

15. 10. – 10. 11. | 20 rokov jazzu pod hradom
MESTSKÁ VEŽA | Výstava fotografií.

17. 10. – 10. 11. | 40 rokov Radosti
POSÁDKOVÝ KLUB | Prezentačná výstava Detského folklórneho súboru Radost' pri príležitosti 40. výročia založenia súboru.

24., 25. 10. | Zdravie & harmónia 2014
VÝSTAVISKO EXPO CENTER | Výstava zameraná na zdravý a harmonický spôsob života.

24., 25. 10. | Jahrada 2014
VÝSTAVISKO EXPO CENTER | 5. ročník výstavy

ovocia, potrieb pre záhradkárov a farmárskych produktov.

30., 31. 10. | Vínoforum
VÝSTAVISKO EXPO CENTER | 23. medzinárodná prehliadka vín.

PRE SENIOROV

streda | 8.00 – 9.30 | Babi, pošli mi to mejlom

VKMR JASELSKÁ | Bezplatná inštruktáž na zvládnutie základov PC a komunikácie prostredníctvom e-mailu pre seniorov. Kontakt na prihlásenie: 032/770 83 14.

7. 10. | 16.30 | Keramická dielňa
CENTRUM SENIOROV | Kurz keramiky pre malých a veľkých.

16. 10. | 15.00 | Mesiac úcty k starším
POSÁDKOVÝ KLUB | Spoločenské stretnutie seniorov.

24., 25. 10. | Senior expo 2014
VÝSTAVISKO EXPO CENTER | 3. ročník výstavy potrieb pre seniorov.

30. 10. | 15.00 | Aj tak sme stále frajeri
POSÁDKOVÝ KLUB | Spoločenské posedenie, ktoré pri príležitosti mesiaca úcty k starším organizuje JDS ZO č. 30 Trenčín Juh. Miestenky: 0905 982 132, 0911 345 376

CVIČENIE

pondelok | 17.00 – 20.00 |

Tai-chi
KC STRED | Taoistické Tai Chi je staré čínske vnútorné umenie, ktoré zlepšuje zdravie a rovnováhu tela i mysle.

pondelok | 17.15 – 18.15 | Pilates pre začiatočníkov
KC AKTIVITY |

pondelok | 18.30 – 20.00 | Cvičenie pre zdravie a radosť
KC AKTIVITY | Natahovací a zahrievací či-kung, osem kusov brokáty a 24 foriem tai-či. Prihlasovanie a info na tel. 0903 440 503.

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

utorok | 18.00 – 19.30 | Joga v dennom živote
KC AKTIVITY | Cviky sú navrhnuté pre dostupný 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.

utorok | 19.00 – 20.00 | Dance aerobik
KC STRED | 60 minútové cvičenie, pri ktorom zažijete veľa zábavy, odreagujete sa, zlepšíte si svoju kondíciu, spevníte svaly a spálite kalórie pomocou rytmov skvelej tanečnej hudby.

streda | 17.00 | Cvičenie pre tehotné – profylaxia
MC SRDIEČKO KC STRED |

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

streda | 19.00 – 20.00 | Pilates
KC STRED | Zdravé cvičenie pre ženy na spevnenie chrbta, bruška, panvového dna, ktoré prospeje vašmu zdraviu a prinesie vám tiež psychickú pohodu.

streda | 19.30 – 20.30 | Tai – či
KC AKTIVITY |

štvrtok | 17.30 – 18.45 | Joga
KC STRED |

štvrtok | 19.00 – 20.00 | Cvičenie pre ženy
KC STRED | Cvičenie s využitím vlastnej váhy, s rôznymi cvičebnými pomôckami (overball, fitlopta) zamerané na spevnenie svalstva a úbytok váhy.

štvrtok | 19.00 – 19.50 | Cvičenie pilates začiatočníci a mierne pokročili
KC AKTIVITY | Cvičenie je zamerané na hlboký svalový systém, podporu krížovej chrbtice a laterálne hrudné dýchanie. Zostava cvikov natiadne skrátené a posilní oslabené svaly.

piatok | 9.00 | Cvičme aj s dieťaťom v koči
NA SIHOŤI PRI ELEKTRÁRNI | Stretnutie pre mamičky, ktoré si na prechádzke s dieťaťom chcú zacvičiť.

piatok | 9.00 – 9.45 | Joga pre mamičky
MC SRDIEČKO KC STRED | Cvičenie vhodné pre mamičky už 6 týždňov po pôrode.

piatok | 18.30 – 20.00 | Latino dance fitness s Palinom
KC STRED | Energické latino rytmy doplnené posilňovaním a formovaním paží pomocou rukavíc so závažím.

1. – 31. 10. | 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. 10. | Cvičenie pre ženy
KC AKTIVITY | Cvičenie pre ženy zamerané na posilňovacie cviky v intervalovom cvičení s fázami odpočinku, ktorého výhodou je vysoký energetický výdaj, výsledkom je zlepšenie ohybnosti a schopnosti koordinácie, spevnenie partie bokov, brucha, stehenných a sedacích svalov.

1. – 31. 10. | Cvičenie pilates pokročili
KC AKTIVITY |

PREDNÁŠKY

6. 10. | 17.00 | Windows User Group
VKMR HASIČSKÁ | Pre záujemcov o odborné diskusie v oblasti IT, systém Windows a iné IT technológie, tento raz na tému MS Word 2013. Viac informácií: www.wug.sk.

7. 10. | 16.00 | Les je chrám
VKMR HASIČSKÁ | Diskusia v rámci cyklu „Poznáme Trenčanov“ s ochrancom prírody a publicistom Alfonzom Liškom.

7. 10. | 16.00 | Zdravotná problematika včelstiev (liečivá a ošetrovanie, poznatky z praxe)
POSÁDKOVÝ KLUB | Objednávanie periodík (časopisy, odborné preklady, kalendár, zápisník). Prednáša plk.v.v. Ing. Vierošlav Pelech, Ivan Štefánek.

7. 10. | 18.00 | Choices: Backstage slovenskej hudby



KLUB LÚČ | Diskusný večer o zákulisí slovenskej nezávislej hudby so skupinou Longital a Pinom z kapely Puding pani Elvisevo a sólového projektu Kasioboy.

9. 10. | 9.30 | Cestovateľ stáročiami
VKMR HASIČSKÁ | Beseda z cyklu „Poznáme Trenčanov“ o živote a diele významnej osobnosti svetovej literatúry faktu, trenčianskeho rodáka Vojtecha Zamarovského (1919 – 2006) pri príležitosti jeho nedožitých 95. narodenín.

9. 10. | 17.00 | Diskusný klub – Rešpektovať a byť rešpektovaný
MC SRDIEČKO KC STRED | Otvorený priestor na diskusiu pre rodičov, starých rodičov, laikov aj odborníkov.

13. 10. | 16.00 | Potraviný ako liek...
POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ing. Šikuda.

13. 10. | 16.00 | Nekonečné hľadanie
VKMR HASIČSKÁ | Beseda z cyklu „Poznáme Trenčanov“ so spisovateľom, trenčianskym rodákom, uznávaným chirurgom, konštruktérom prístroja na kyslíkovú terapiu Ivom Englerom, spojená s prezentáciou jeho novej knihy Nekonečné hľadanie.

16. 10. | 16.00 | 150. výročie narodenia Andreja Hlinku
POSÁDKOVÝ KLUB | Prednáša Ing. Miroslav Bulko.

16. 10. | 16.00 | Univerzita samoty
VKMR HASIČSKÁ | Beseda v rámci cyklu „Predstavujeme literátov Trenčianskeho kraja“ s Matejom Valuchom, spojená s prezentáciou jeho knihy, v ktorej popisuje polročný pobyt v jednom z najznámejších a najbrutálnejších väzení sveta Evin Prison v Teheráne.

16. 10. | 16.30 | Cyklus rodičovských diskusií
MC SRDIEČKO KC STRED | Bežné rodičovské problémy detí rôzneho veku.

21. 10. | 16.00 | Majster športu Dušan Čikel

VKMR HASIČSKÁ | Beseda v rámci cyklu „Poznáme Trenčanov“ s prvým slovenským atlétom v listine svetových rekordov IAAF, kondičným trénerom zlatej generácie futbalistov Jednoty Trenčín, plukovníkom v.v. Dušanom Čikelom pri príležitosti jeho 85. narodenín.

21. 10. | 18.00 | Choices: Bez krčmových rečí

KLUB LÚČ | Druhý diel jesennej série diskusných večerov. Spolu s Máriou Žuffovou z Inštitútu pre dobre spravovanú spoločnosť sa pozrieme na to, čo všetko pre nás môže robiť samospráva, prečo sú komunálne voľby dôležité a ako môžeme na svojich zástupcov vplývať aj po voľbách.

23. 10. | 16.00 | Som vyhorený...
VKMR HASIČSKÁ | Diskusia s odborníkmi na podporu duševného zdravia. Kedy

FILM

le Carré, jedného z najznámejších autorov špiónažnych románov.

12. 10. | 16.00 | Sedem trpaslíkov
Animovaný film. 7 trpaslíkov, 18. narodeniny, 2 draci, bozk alebo 100 rokov spánku... a rozprávka môže začať!

15. 10. | 19.00 | 8/1/2
Film Federica Felliniho prináša príbeh filmového režiséra Guida Anselmi s dvorným hercom Marcello Mastrianiom v hlavnej úlohe.

16. – 18. 10. | 19.00 | Biely boh
Fascinujúci príbeh je modernou verziou Lassie a hlavnou hrdinkou filmu je tento raz sučka Hagen.

17. 10. | 15.30 | Teenage: Ozveny festivaly študentských filmov XIV.
15.30 Blok animovaných filmov, 16.30 Blok dokumentárnych filmov, 17.30 Blok hraných filmov.

17., 18. 10. | 21.00 | Dracula: Neznáma legenda
Nebál sa postaviť obrovskej presile. Obetoval sa, aby zachránil svoju rodinu a svoj ľud. Stal sa legendou, ktorá úspešne zabrzdiť turecký vpád do Európy. Napriek tomu ho dnes vnímame predovšetkým ako jedno z najväčších monštier, aké ľudská mytológia stvorila.

19. 10. | 16.00 | Dom kúziel
Animovaný dobrodružný film. Opustný kocúrik Hrom sa jedného dňa ocitne v tajuplnom dome starého kúzielníka.

19. 10. | 19.00 | Láska na kari
Gurmánska romanca nabitá chuťami a vôňami. Vznikla pod rukami producentov S. Spielberga a O. Winfrey.

21., 22. 10. | 19.00 | Východiskový bod
Príbeh biológov, ktorého životnou témou je štúdium evolúcie oka. Nečakaný objav spochybnil jeho vieru vo vedu a zmenil jeho skeptický postoj voči mystickým a spirituálnym silám.

23. 10. | 10.00 | Ťažké deň
Špeciálna projekcia pre mamičky na materskej dovolenke, ktoré môžu do kina zobrať aj svoje ratolesti...

23. – 26. 10. | Be2Can
Prvý ročník prehliadky filmov z medzinárodných filmových festivalov Berlínale, Benátok a Cannes. 23. 10., 19.00 Jimmyho sála, 24. 10., 19.00 Tu to musí byť, 24. 10., 21.00 Pozícia dieťaťa, 25. 10., 18.00 Zbohom, jazyk, 25. 10., 19.30 In Order of Disappearance, 25. 10., 21.30 Clouds of Sils Maria, 26. 10., 17.45 Kmeň, 26. 10., 20.00 Leviathan

26. 10. | 16.00 | Škatuliaci
Detské predstavenie. Animovaný film, v ktorom z podzemných skrýš vyliežajú zvláštne bytosti nazývané Škatuliaci, ktoré kradnú všetko, čo im príde pod ruku.

28., 29. 10. | 19.00 | Comeback
Slovenský film z prostredia ilavskej väznice je príbehom o recidivistoch.

30., 31. 10. | 19.00 | Frank
Britsko-írská komediálna dráma Lennyho Abrahamsona s Michaelom Fassbenderom v hlavnej úlohe.

ŠPORT

- 4. 10. | 10.00, 12.00 | Trenčín – Levice**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal – žiacky.
- 4. 10. | 18.00 | Trenčín – Bán. n. Bebravou**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal – muži.
- 4. 10. | 16.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Nižná**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Florbal – Extraliga muži – 3. kolo.
- 5. 10. | 17.00 | Cop volley Trenčín – Nitra**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – extraliga muži.
- 11. 10. | 9.00 | HK Štart Trenčín „B“ – Bytča**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – ml. žiačky – Majstrovstvá kraja.
- 11. 10. | 10.00 | HK Štart Trenčín „A“ – Martin**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – ml. žiačky – Majstrovstvá kraja.
- 11. 10. | 13.00 | HK Štart Trenčín „A“ – HK Štart Trenčín „B“**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – ml. žiačky – Majstrovstvá kraja.
- 12. 10. | 11.00, 13.00 | Cop volley Trenčín – Komjatice**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – kadeti.
- 18. 10. | 17.00 | Cop volley Trenčín – Košice**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – extraliga muži.
- 19. 10. | 11.00, 13.00 | Cop volley Trenčín – Komárno**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – predkadeti (malá hala).
- 19. 10. | 13.30 | HK Štart Trenčín – ŠKP Bratislava**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – ml. dorast.
- 19. 10. | 18.30 | HK Štart Trenčín – Zlatná na Ostrove**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná – 1. liga ženy.
- 19. 10. | 16.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Stupava**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Florbal – Extraliga muži.
- 24. 10. | 19.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – M-Šport Trenčín**
Florbal – Extraliga muži.
- 25. 10. | 11.00, 13.00 | Cop volley Trenčín – Zvolen**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – kadeti.
- 25. 10. | 17.00 | Cop volley Trenčín – Myjava**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – extraliga muži.
- 25. 10. | 18.00 | Trenčín – Levice „B“**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Basketbal – muži malá hala.
- 26. 10. | 10.00 | ŠK 1. FBC Trenčín – Nitra**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Florbal – Extraliga juniori.
- 30. 10. | 18.00 | Cop volley Trenčín – Prešov**
MS ŠPORTOVÁ HALA | Volejbal – extraliga muži / TV prenos live.

hovoríme o syndróme vyhorenia? Aké sú štádiá a prevencia? Diskutuje: Mgr. L. Svetlíková. Organizované v spolupráci s OZ Ars Vivendi – umenie žiť.

29. 10. | 16.00 | Škandinávia očami Jozefa Zelizňáka
VKMR HASIČSKÁ | Beseda s prekladateľom diel najznámejších škandinávskych spisovateľov nielen o severskej detektívke.

KURZY

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

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

utorok a štvrtok | Gitarová škola
KC AKTIVITY |

utorok a štvrtok | Klavírna škola I. Buchtíková
KC AKTIVITY |

utorok | 10.00 | Podporná skupina mamičiek v dojčení
MC SRDIEČKO KC STRED | Stretnutie vhodné aj pre tehotné ako príprava na dojčenie.

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

utorok | 17.30 – 19.00 | Tvorivý ateliér pre dospelých
OC LAUGARICIO | Nutné prihlásenie na 0918 561 320, mirka@kcaktivita.sk.

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

utorok | 18.00 | Bezplatný kurz meditácie
KS DLHÉ HONY | Praktické cvičenia, meditácia a každodenný život, meditácia a šport, meditácia a umenie, otázky a odpovede.

streda | 18.15 – 19.45 | Francúzsky jazyk I. ročník
KC AKTIVITY |

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

5., 11., 18., 25. 9. | 10.30 | Mommie's English Club
MC SRDIEČKO | Mamy sa rozprávajú po anglicky a deti sa pri nich hrajú.

5., 12., 19., 26. 9. | 10.30 | Mami spríchn Deutsch
MC SRDIEČKO | Mamičky sa rozprávajú po nemecky a deti sa pri nich hrajú.

11. 10. | 9.30 – 12.00 | Kurz nosenia detí a viazania šatiek
MC SRDIEČKO |

18. 10. | 14.30 | Kurz háčkovania
KC STRED | Základný kurz háčkovania vhodný pre začiatočnikov.

25. 10. | 14.30 | Pletenie z papiera: Dekoračné jesenné venčeky

KC STRED | Kurz vhodný pre začiatočnikov. Naučíme sa základný postup pri výrobe paličiek z papiera a následne si vyrobíme dekoračné venčeky s jesennou dekoráciou.

INÉ

2. – 5. 10. | Burza
KC KUBRA | Burza prechodného a zimného detského (do 15 rokov) a tehotenského oblečenia, hračiek, kníh, CD, detských potrieb, topánok, kočíkov.

4. 10. | 10.00 – 22.00 | Deň otvorených dverí polikliniky Juh Trenčín
POLIKLINIKA JUH | Poradenstvo v oblasti zdravia, zdravej výživy, vyšetrenie aktuálneho zdravotného stavu, meranie tlaku krvi, cukru, určenie BMI, prehliadka priestorov Polikliniky JUH Trenčín s odborným výkladom, interaktívne hry pre deti, degustácia vín, burčiak, občerstvenie a iné sprievodné podujatia.

KONTAKTY

ARTKINO METRO	Mierové nám. 4, 032/743 44 15, www.lampart.sk
ART CENTRUM SYNAGÓGA	
CENTRUM SENIOROV	Osvienčimská 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
HOSS SPORT CENTRUM	Karpatská 7537
KC AKTIVITY	Kyjevská 3183, 032/658 26 08, www.kcaktivita.sk
KC STRED	28. Októbra, 032/652 21 36
KC KUBRA	Kubranská 94, 0907 516 720
KINO HVIEZDA	Kniežaťa Pribinu 3, hviezda@trencin.sk, 0902 911 480
KLUB LÚC	Kniežaťa Pribinu 2, 0903 027 910, www.klubluc.sk
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 DIVADELNÁ SCÉNA	Kniežaťa Pribinu 2, 0903 027 910
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

Blížšie informácie na 0905 983 395 alebo info@poliklinikajuh.sk.

6. 10. | 14.00 – 15.30 |

Dvojčikovo
MC SRDIEČKO KC STRED | Stretnutie rodín s dvojčikami, trojičkami.

9. 10. | 17.00 | Predstavenie filmu Lásky na vlásku s Celeste Buckingham
ZOC MAX | Autogramiáda + malý koncert.

10. 10. | 10.00 – 18.00 | Medzinárodný deň materských centier

MC SRDIEČKO | O tom, čo všetko môžete v materskom centre zažiť, naučiť sa o dôležitých veciach s poradkyňami, kreatívne tvoriť, zdokonaľiť svoje jazykové znalosti, zacvičiť si, cvičiť s dieťaťom, tiež sa aktivizovať a socializovať počas krásneho obdobia starostlivosti o vaše dieťaťko.

12. 10. | 9.00 – 12.00 | Výmenné stretnutie zberateľov pivných kuriozít
POSÁDKOVÝ KLUB |

15. 10. | 19.00 | Whiskyho cestovateľské kino: Albánsko, Kosovo, Macedónsko
KLUB LÚC | 5000 km po západnom Balkáne. Spevák kapely Slobodná Európa Whisky sa po dlhých rokoch cestovania po odlahlych kútoch piatich kontinentov rozhodol vytiahnuť na svetlo sveta svoje mnohé zážitky a fotografie zo svojich výprav.

17. 10. | 15.00 – 19.00 | Mimi a mami bazárík
KC AKTIVITY | Burza detského a tehotenského oblečenia, detských hračiek, knížiek, kočíky, postielky, odrážadlá, bicykle a iné.

18., 19. 10. | Jesenná burza
KC STRED | Burza detského, dojčenského, tehotenského oblečenia a obutia, kočíkov a iných potrieb.

23. 10. | 19.00 | Literárny večer: Pavol Hírax Baričák
KLUB LÚC | Spisovateľ, hudobník, vydavateľ kníh a CD, bloger, fotograf, cestovateľ, filozof. Pre niekoho rocker a textár, pre iného vydavateľ alternatívnej hudby a nekomerčnej literatúry. A pre ďalších cestovateľ a dobrodruh, fotograf, bloger a autor osobitej prózy, temnej aj lyrickéj poézie, cestopisov a glos.

24. 10. | 8.00 – 19.00 | Deti deťom!

KS OPATOVÁ | Burza detského ošatenia, hračiek, kníh, školských pomôcok, CD a DVD pesničky a rozprávky, PC – hry (len originál), detské kočiare, postielky, kolísky, bicykle, prilby pre bicyklistov, kolobežky, trojkolky, autosedačky, lyže, lyžiarky, sánky, boby, hokejky, športové potreby, korčuľe, šaty na prvé sväté prijímanie a všetky veci, ktoré sa týkajú detí do veku 15 rokov. Zber vecí na burzu: 23. 10. 13.00 – 19.00.

25. 10. | 7.00 – 12.00 | Výmenné stretnutie zberateľov mincí, medailí a vyznamenaní
POSÁDKOVÝ KLUB |

25. – 26. 10. | 9.00 – 21.00 | Dni originality
ZOC MAX | Ukážky ručných remesiel.

30. 10. | 17.00 | Poľský klub
CENTRUM SENIOROV |

31. 10. | 14.00 | Skleróza multiplex
CENTRUM SENIOROV | Klub Trenčín.