



Kam v Trenčíne október 2020

Vzhľadom na súčasnú epidemiologickú situáciu si overte, či nedošlo k zmene termínov podujatí a pri ich návšteve dodržiavajte hygienické opatrenia. Ďakujeme.

■ DIVADLO

12. 10. | 19. 00 | Starí majstri
KINO HVIEZDA | Príbeh dvoch bratov, ktorí sú potomkami slávnej divadelnej rodiny. Stvárnúje ich Milan Lasica a Martin Huba.

14. 10. | 19. 00 | Lukáš Latinák (SK): Tatranský poetický biftek
KINO HVIEZDA | Sólo pre jedného herca a viacerých slovenských básnikov. Predstavenie je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

14. 10. | 21. 00 | Christoph Bochdansky (AT): Démoni
PKDS - KLUB LÚČ | Risknime to! Pozrieť sa za oponou našich životov. Čo nájdem za oponou toho môjho? Predstavenie je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

15. 10. | 19. 00 | Tomáš DANIELIS (SK): Maybe, but of course
GMAB | Trochu baroková opera, trochu stand-up, trochu performance a trochu hra niekoľkých ja. Predstavenie je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

15. 10. | 21. 00 | Filip Teller (CZ): Reprodukcia
PKDS - KLUB LÚČ | Stand up o rozhodnutiach, ktoré sa nedajú vziať späť! Predstavenie je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

16. 10. | 19. 30 | Pavol Seriš (SK): Skeče
PKDS - KLUB LÚČ | Výber najobľúbenejších výstupov – skečov. Predstavenie je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

17. 10. | 18. 00 | Viktória Jehlářová, Bábkové divadlo na Rázcestí (SK): Tak či inak, láska

GMAB | Predstavenie na podporu tolerancie párov rovnakého pohlavia a ľudí s inou rodovou identitou. Je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

17. 10. | 19. 30 | Mária Karoľová, Štúdio 12 (SK): Bye, bye, Barcelona

KINO HVIEZDA | Medzinárodná, slovensko-španielska inscenácia. Vznikla v tvorivom dialógu žien-umelkyň. Predstavenie je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

17. 10. | 21. 00 | Pasí MAKELA (FIN): Walrus Vampire Show
PKDS - KLUB LÚČ | Inscenácia čiastočne odráža zmätok jednotlivca a jeho márnú snahu ovplyvniť priebeh vecí vo svete. Predstavenie je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

18. 10. | 19. 00 | Juraj Kukura: Biblia



KINO HVIEZDA | Scénické čítanie biblických príbehov v podaní herca Juraja Kukuru. Predstavenie je súčasťou festivalu Sám na Javisku.

20. 10. | 19. 00 | Len si pospi miláčik
POSÁDKOVÝ KLUB | Elegantná dobová komédia z prelomu 19. a 20. storočia.

21. 10. | 19. 00 | Divadlo Povaľač - 8GB tvrdého porna
PIANO CLUB | Intímna komédia o ľuďoch, ktorí sa nevedia odhalovať. V hlavnej úlohe sa predstaví dvojica známych českých hercov Anna Polívková a Petr Vaněk.

24. 10. | 20. 00 | Divadlo Líšeň: Putin lyžuje
KLUB LÚČ | Bábkové divadlo spracúva tému nástupu Putina k moci a smerovanie Ruska k totalite.

27. 10. | 19. 00 | Otvorené manželstvo
KINO HVIEZDA | Komédia o manželských pravidlách, láske a pravde o nás samých! V hlavných úlohách s Annou Šiškovou a Adym Hajdu.

3. 11. | 18. 00 | Talkshow MUDr. Radima Uzla, Csc.
KINO HVIEZDA | Talk show zábavnou formou prezentuje problematiku sexuálnej výchovy, zodpovednosť pri nadväzovaní sexuálnych kontaktov, úlohu sexuality v rozmnožovaní a antikoncepcie.

■ KONCERTY

3. 10. | 19. 00 | Billy Barman - Zlatý vek
PIANO CLUB | Koncert.

3. 10. | 20. 00 | Metastavy
KLUB LÚČ | Geniálne namiešaný mix jazzu doplnený hudobným podkladom so sugestívnymi textami. Metastavy miešajú trip hop, jazz s poetickými textami z výletu po nočnom meste.

9. 10. | 20. 00 | Aneta Langerová a Korben Dallas: Turné 2020

PIANO CLUB | Okrem spoločných piesní zahrajú Korben Dallas aj Langerová so svojou skupinou vlastné skladby. Ako host sa na koncertoch predstaví speváčka a violončelista Dorota Barová.

9. 10. | 20. 00 | Hoten Toten
KLUB LÚČ | Live koncert.

11. 10. | 18. 00 | Spevácky koncert
PIARISTICKÉ GYMNÁZIUM | Klaudia Derneová (soprán), Marek Pobuda (barytón), Oksana Zvineková (klavír). Podujatie sa koná v rámci Trenčianskej hudobnej jesene 2020.

16. 10. | 22. 00 | Stroon (SK)
KLUB LÚČ | Live koncert. Predstavenie v rámci 26. ročníka medzinárodného festivalu Sám na Javisku.

17. 10. | 21. 00 | Kontrafakt - REAL NEWZ
PIANO CLUB | Skupina Kontrafakt po šiestich rokoch prichádza s novým albumom s názvom REAL NEWZ.

17. 10. | 22. 00 | Antez (FRA)
STUDIO MEN AT SOUND | Live koncert.

18. 10. | 18. 00 | Koncert dychového tria
GALÉRIA VÁŽKA | Žilinské dychové trio (komorný súbor ŠKO Žilina). Miroslav Ivaníš (hoboj), Bibiána Bieniková (klarinet), Vladimír Hvizdák (fagot). Podujatie sa koná v rámci Trenčianskej hudobnej jesene 2020.

23. 10. | 20. 00 | Hex
KLUB LÚČ | Live koncert.

24. 10. | 15. 00 | Z našej kuchyne
KINO HVIEZDA | Tradičné vystúpenie Detškého folklórneho súboru Kornička.

25. 10. | 14. 30 | OKOLO TRENČINA - Festival dychových hudieb



POSÁDKOVÝ KLUB | Na festivale vystúpia: DH Túfaranka, DH Textilanka, DH Nadličanka a DH Dubňanka.

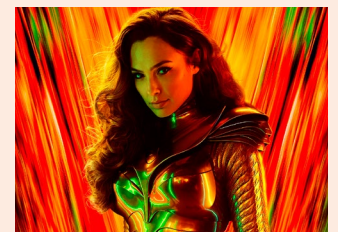
25. 10. | 18. 00 | Koncert komorného kvarteta s mímom
GALÉRIA VÁŽKA | Tango Quarteto Re Campo (Brno), Vlado Kulíšek (pantomíma). Podujatie sa koná v rámci Trenčianskej hudobnej jesene 2020.

■ KINO

CINEMAX

od 1. 10. | Králi videa
Česká republika, Slovensko. Celovečerný dokumentárny film podrobne mapuje scénu dovozu, kopírovania a dabovania západných filmov v socialistickom Československu a okrajovo aj v Poľsku a Maďarsku. V dobách, keď bolo nemožné zohnať filmy západnej produkcie do oficiálnej distribúcie, existovali skupiny ľudí, ktoré dovážali, amatérsky dabovali a distribuovali medzi ľudí nahrávky týchto filmov na VHS páskach. Dokument však sleduje aj linku „spravodlivosti“, policajtov, ktorí mali za úlohu týchto pirátov a dabérov chytať.

od 1. 10. | Wonder woman 1984



Americký akčný, dobrodružný, fantastický, sci-fi film. V novom filmovom dobrodružstve mocnej komiksovej hrdinky sa posunieme do osemdesiatych rokov a budeme spolu s ňou čeliť dvom novým nepriateľom. V réžii Patty Jenkins sa na plátna kín vracia Gal Gadot.

od 1. 10. | Jaskyňa
Írsko, Thajsko. Triler, dramatický, dobrodružný film. Je inšpirovaný skutočnými udalosťami, ktoré sa odohrali v Thajsku v roku 2018. Dvanásťročný chlapčenský futbalový tím na čele s trénerom sa vydal na výlet do jaskynného komplexu Tham Luang v oblasti Chiang Rai nachádzajúcej sa na severe krajiny. Náhly prudký dážď zdvihol hladinu vody, ktorá zaplavila prístupovú cestu a všetkých uväznila v útrochách jaskyne.

od 8. 10. | Malý Yeti 2
Belgická animovaná rozprávka. Adam sa vie rozprávať so zvieratami a je super rýchly. Jeho oco je totiž legendárny Yeti, po ktorom tieto super schopnosti zdedil. Celá rodinka si spokojne žije aj spolu s medveďom, medvedíkom čístočným a veveričkami v jednom dome až pokiaľ obrovská spoločnosť nezačne ťažiť ropu v krásnej prírodnej rezervácii na Aljaške. Je potom na Adamovi a jeho rodinke, aby túto zlú spoločnosť zastavili a zachránili tak prírodu.

KINO

od 15. 10. | **Alchymická pec**

Česko, Slovensko. Dokument. Film Jana Daňhela a Adama Olhu začína v bode, keď sa končí nakrúcanie posledného celovečerného filmu Jana Švankmajera HMYZ. Otvára sa tak priestor pre svojbytný "parazitný" film, ktorý zachytáva každodenné dianie vo vnútri filmovej i voľnej tvorby Jana Švankmajera a spoločnosti Athanor, v ktorej výhradne vznikajú Švankmajerove filmové diela a výstavy. Film nie je len Švankmajerovým portrétom, ale filmovými prostriedkami oživuje i pre tvorcu zásadnú a neoddeliteľnú bytosť – zosnulú ženu Evu. Tá, spolu s producentom Jaromírom Kallistom, energeticky zavružuje alchymickú triádu "zmeši" ATHANORU.

od 22. 10. | **Muž so zajačimi ušami**

Slovensko, Česko. Tragikomédia. Jozef (Miroslav Krobot) je spisovateľ, ktorý jedného dňa získa nečakanú schopnosť – mimoriadny sluch v podobe zajačích uší. Ten mu umožňuje výborne počuť nielen hlasy ďalších ľudí, ale predovšetkým ich myšlienky... Stretnutie cudzích a vlastných predstáv o sebe samom otvorí Jozefovi oči. Keď mu potom jeho mladá priateľka Katka (Alexandra Borbély) oznámi, že s ním čaká dieťa, Jozef vie, že je to jeho posledná šanca, ako si usporiadať doterajší život a narovnať rodinné vzťahy. Muž so zajačimi ušami je tragikomédiou o mužovi, ktorému sa život prevráti do dňa na deň, ale aj rozprávaním o našich predstavách o živote, aké môžu byť niekedy mylné a zároveň smutné aj komické.

od 22. 10. | **Nightlife**

Nemecká komédia, romantický film. Jedna noc. Jedno rande. More problémov... Čo všetko sa môže stať počas jednej noci a jedného rande, ktoré sa začalo tak romanticky a nádejne? Život barmana Mila je jeden nekonečný úr. Užíva si párty, zábavu, kamošov, dievčatá – každý večer, iba v trochu inom poradí. Občas, keď náhodou zahliadne obyčajný život, ktorý vedú ľudia cez deň, napadne mu, či už nie je načase trochu pribrzdiť. A potom to príde... Milo sa zamiluje. Zhodou mnohých náhod stretne Sunny, ženu svojho života, a dokonca sa mu podarí pozvať ju na rande. Pri prvom stretnutí zapôsobil a teraz má jeden večer na to, aby sa zamilovala aj ona a neodišla za prácou až do Ameriky. Ale okrem toho, že má šancu zmeniť svoj život a získať ženu snov, má Milo aj trochu uleteného kamoša Renza – bezstarostného, nezodpovedného chaotika. A tak presne v okamihu, keď sa dôležité rande začne dobre vyvíjať, objaví sa Renzo a celý večer naberie úplne iný smer.

od 21. 10. | **Barbier zo Sevilly**
Opera. Najznámejšia komická opera z pera talianskeho majstra, Gioachina

30. 10. | 16.00 | **Interior sounds**
KLUB LÚČ | Blame Your Genes live!, Rafo, Detekm, Sidsane, Tiff & Twist.

30. 10. | 20.00 | **Dara Rolins + Oldies Party**
PIANO CLUB | Koncert popovej divy.

VÝSTAVY

1. – 31. 10. | **Kúzlo okamihu**



KIC | Výstava Adriany Bilkovej.

1. – 31. 10. | **Čo poskytnie záhrada**
VKMR JASELSKÁ | Výstava kníh a tematických dokumentov z fondu trenčianskej knižnice zameraná na tradičné slovenské produkty jesennej úrody a ich spracovanie.

1. – 31. 10. | **Rozprávkové čarovanie**

VKMR JASELSKÁ | Tematická výstavka kníh pre deti a mládež s podtitulom Deti, zoznámte sa s niečím novým!

1. – 31. 10. | **Výstava Karola Milana**

DENNÉ CENTRUM SIHOŤ | Autorská filatelistická výstava.

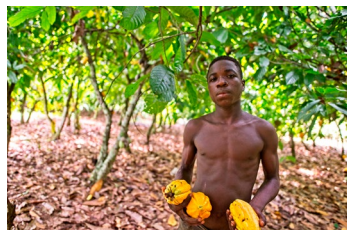
1. – 31. 10. | **Slováci v bojach po boku víťazných Spojencov (1939-1945)**

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Klub vojenskej histórie.

1. – 31. 10. | **Džez a jeho štýly**

VKMR | Výstavka kníh a tematických dokumentov z fondu trenčianskej knižnice zameraná na žáner, ktorý v sebe nesie rôznorodé hudobné tradície. Výstavka je súčasťou pripravovanej besedy vo VKMR s najvýznamnejšou osobnosťou slovenskej jazzovej scény – Petrom Lipom (14. 10.).

3. – 10. 10. | **Výstava na stromoch: Cena kakaa**



PARK M. R. ŠTEFÁNKA | Park v Trenčíne bude hostiť výstavu fotografií o pestovateľoch z Pobrežia Slonoviny (Côte d'Ivoire). Čokoláda patrí medzi najobľúbenejšie sladkosti. Príbeh čokolády má však aj tienisté stránky. Výstava na stromoch sa koná tento rok na Slovensku po prvýkrát. Vďaka miestnym organizátorom sa dostala do dvadsiatich parkov po celej Slovenskej republike pri príležitosti Svetového dňa dôstojnej práce. Ten sa oslavuje 7. októbra.

4. – 31. 10. | **Národná prezentácia umenia hendikepovaných umelcov SR**

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Slovenská agentúra na podporu zdravotne postihnutých občanov a organizácia REFLEXY.

8. 10. – 27. 4. | **Život roľníka**
TRENČIANSKY HRAD | Výstava zo zbierok Trenčianskeho múzea.

do 8. 10. | **Súhry 2020**
MESTSKÁ VEŽA | Výstava diel učiteľov a študentov odboru Digitálna maľba – koncept art. Ide o spojenie klasických a digitálnych výtvarných prístupov.

do 9. 10. | **Dvadsať rokov darujeme**

GALÉRIA VÁŽKA | Výstava fotografií z archívu Trenčianskej nadácie. Výstava je odrazom dvadsiatich rokov pôsobenia Trenčianskej nadácie a prevedie vás množstvom úspešne zrealizovaných komunitných projektov, za ktorými sa skrýva ľudský um, nadšenie, obrovské množstvo práce a jeden malý grant od Trenčianskej nadácie.

13. 10. – 9. 11. | **Známe neznáme, Chcené nechcené / Priemyselné dedičstvo v podmienkach Trenčína**

MESTSKÁ VEŽA | Výstava výsledkov výskumných projektov, ktorá sa koná pri príležitosti 90. výročia narodenia Ing. arch Štefana Androviča.

do 14. 11. | **Lucia Mlynčeková: (Vý)Stavoprojekt Trenčín**

GMAB | Výstavu budú tvoriť rôzne archívne materiály zachytávajúce výstavbu v Trenčíne, pričom dôležité bude zapojenie návštevníkov, ktorí budú môcť priniesť vlastné materiály, fotografie alebo spomienky a vytvoria tak kolektívnu pamäť. Autorka sa prostredníctvom takýchto projektov snaží poukázať na kvalitnú výtvarnú a architektonickú stránku návrhov a realizácii, ktoré vznikli ešte za čias socializmu.

15. 10. – 30. 11. | **Dvadsať rokov darujeme**

POSÁDKOVÝ KLUB | Pokračovanie výstavy – výber 62 fotografií predstavených v Galérii Vážka bude doplnený o ďalšie zaujímavé momenty z úspešne zrealizovaných komunitných projektov nielen z Trenčína.

22. 10. – 13. 11. | **Rastislav Podoba**

NOVÁ VLNA | Rastislav Podoba je výtvarníkom strednej generácie slovenských maliarov. Ako jeden z mála umelcov sa vo svojej tvorbe zameriava výhradne na spodobovanie krajiny. S námetom krajiny sa snaží pracovať ako s témou, ktorá je prístupná nášmu digitálnemu prostrediu. Predobrazom pre jeho krajiny sú tak väčšinou digitálne fotografie, letecké či satelitné snímky. Vernisáž výstavy: 22. 10. o 19.00. v Ateliéri LOFT. Výstava je sprístupnená v pracovné dni od 10.00 do 17.00 hodiny.

23. 10. – 12. 11. | **Celorezortné súťažné prehliadky FotoAtak 2020 a GalériaMIL 2020**

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Personálny úrad OS SR Liptovský Mikuláš.

do 31. 10. | **Od Dukly po Prahu (1944 – 1945)**

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub vojenskej histórie.

do 31. 10. | **Čs. vojaci na Blízkom východe a v severnej Afrike (1940 – 1943)**

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub vojenskej histórie.

do 31. 10. | **Slovensko 1993 – 2004**

POSÁDKOVÝ KLUB | Filatelistická výstava. Pripravuje Klub filatelistov.

do 21. 11. | **Dokument 20 20**

GMAB | Výstava vychádza z projektu/ konceptu, ktorý dlhodobo realizujú kurátori

výstavy Veronika Marek Markovičová, Michaela Pašteková a Ján Viazanička. Na výstave bude prezentovaných približne dvadsať autorov, ktorí v posledných dvadsiatich rokoch spravili kvalitný projekt v danej žánrovej oblasti – dokumentárnej fotografii.

do 21. 11. | **Erika Miklášová: Abstract landscapes**

GMAB | Erika Miklášová sa vo svojej tvorbe orientuje predovšetkým na techniku kresby a maľby.

do 31. 1. | **Autom okolo sveta**
TRENČIANSKY HRAD | Pedal Planet – výstava historických šliapačích autičiek.

DETI

pondelok | 17.00 – 19.00 | **Malí remeselníci – Dielňa rôznych techník**

ŠVERMOVA 23 | Na tomto kurze si deti vyskúšajú prácu s rôznymi materiálmi. Spoznajú drôt, súpolie, korálky, kožu a mnohé iné. Kurz pre deti od 8 – 10 rokov. Info: 0918 789 933.

streda | 15.00 – 16.30 | **Kurz rezbárstva 1 – pre deti**

ŠVERMOVA 23 | Nebojíte sa vaše dieťa chytiť do ruky dlatu, nožik a kus surového dreva? Lektor naučí všetkých odvážnych aj bojzlivých ako z polienka vyrezať varešku a rôzne iné krásne predmety. Kurz je určený pre deti od 12 – 18 rokov. Info: www.nebojsaremesla.sk.

piatok | 15.00 – 17.00 | **Malí remeselníci – textilná dielňa**

ŠVERMOVA 23 | Na kurze sa deti naučia, ako sa kedysi pracovalo s textilom v najrôznejších podobách. Pod vedením lektora si vyskúšajú pliesť rôzne náramky, tkať, šiť, vyšívať a kombinovať rôzne materiály. Kurz pre deti od 8 – 10 rokov.

1. – 28. 10. | **Tvorivé dotyk s remeslom**

ZŠ VEĽKOMORAVSKÁ 12 | Cyklus remeselných tvorivých dielní pre deti. Súpoliariska dielňa – 1.10., 8.10., 15.10., 22.10. Hrnčíarska dielňa – 7.10., 28.10.

1. – 31. 10. | **Vítajte v knižnici**

VKMR | Informačná príprava alebo vstupná exkurzia v knižnici. Bližšie informácie: deti@vkmr.sk, 032/ 742 07 15; info@vkmr.sk, 032/770 83 01.

1. – 31. 10. | **Zážitkové čítanie**

VKMR | Ponuka pre školy. Zážitkové čítania na rôzne témy. Termín treba vopred dohodnúť. Bližšie informácie: deti@vkmr.sk, 032/742 07 15.

1. – 31. 10. | **Čítajte všetci, čítanie je super**

VKMR | Motivačná súťaž (57. ročník) zameraná na podporu čítania. Bližšie informácie: deti@vkmr.sk, 032/742 07 15.

4. 10. | 16.00 | **Detský divadelný klub: O chlapcovi, ktorý vymenil svoju čiapku za čokoládu**

KLUB LÚČ | Protiklamárska rozprávka o zamrznutých ušiach, zlom škriatkovi a dobrých palacinkách. Prvé divadelné uvedenie autora a rozprávky na Slovensku. Uvádza Bábkové divadlo na Rázcestí.

8., 22. 10. | 9.30 – 11.30 |

Galerikovo

GMAB | Tvorivé dielničky pre malé deti od 18 mesiacov do 6 rokov. Počet účastníkov je limitovaný. Je nutné sa vopred prihlásiť na tel. č. 032/743 68 58.

10. 10. | Jeseň na hrade

TREŇCIANSKY HRAD | Celodenný program pre deti i dospelých, vyrezávanie tekvic, púšťanie šarkanov, súťaž pre deti.

11. 10. | 16.00 | Červená čiapočka alebo o hlúpom vlkovi

KD OPATOVÁ | Šibalská červená čiapočka, hlúpy vlk a zaľúbený poľovník rozohrávajú expresívnym herectvom, prekvapivou dejovou linkou a pútavým výtvarným spracovaním dialógy o hlade, láske a vytúženom autiaku.

14. 10. | 16.00 | Stretnutie s...

GMAB | Pri príležitosti výstavy Eriky Miklóšovej „Abstract landscapes“ si pre vás autorka spolu so svojou bývalou študentkou Emmou Csuoport pripravila kreatívny workshop pre deti, na ktorom si vyskúšajú tvoriť krajinu len za pomoci textílií priamo vo výstavných priestoroch galérie. Workshop je vhodný pre deti od 6 rokov. Na workshop je potrebné sa dopredu prihlásiť na lucia.petrovicova@gmab.sk alebo 032 743 68 58.

18. 10. | 16.00 | Detský divadelný klub: Aladinova čarovná lampa

KLUB LÚČ | Tentokrát sa vydáme s Aladinom pre čarovnú lampu do tajomnej hory Káf. Predstavenie nás vtiahne do atmosféry dávneho orientu.

19. 10. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku

VKMR | Na základe indícií spolu nájdeme rozprávku, ktorú vám rodičia prečítajú v knižnici alebo doma.

29. – 30. 10. | Halloweenský denný tábor s kockami LEGO®

KREATIVO | Deti si užijú tímové hry, súťaže, workshopy a veľa, veľa zábavy! Informácie: www.kreativotn.sk/1-dnovy.

celoročne | Parkour & Freerunning

BORN TO TRICK HOUSE | Tréningy vedené profesionálnymi trénermi Parkour & Freerunning s dlhoročnými skúsenosťami. Viac informácií na 0908 166 858, www.parkourtrenin.sk.

SENIORI**streda | 8.00 | Babi, pošli mi to mejlom**

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

PREDNÁŠKY**3. 10. | 15.00 | Vôňa pre každodenný život**

KAVIAREŇ NA CESTE | 3. pokračovanie. Prednáša p. Dušičková.

7. 10. | 17.00 | AromaTouch

KREATIVO | Prednáška o blahodárnych účinkoch esenciálnych olejov.

8., 22. 10. | 16.00 | Zoo movanie

GMAB | Prostredníctvom série krátkych komentovaných prehládok sa zoznámime

s autormi, témami a technikami a budeme hľadať súvislosti medzi starým a súčasným, slovenským a svetovým umením.

10. 10. | 15.00 | Božské chute Indonézie a zdravé indžiánske produkty z Kolumbie

KAVIAREŇ NA CESTE | S tými a o tých, pre ktorých balíme.

15. 10. | 16.00 | Príbeh umenia III

GMAB | Cyklus prednášok o umení minulosti a súčasnosti. Tentokrát sa zameriame na zobrazenie témy lásky vo výtvarnom umení v minulosti a dnes.

15. 10. | 16.00 | Syndróm vyhorenia

VKMR | Pravidelná diskusia s odborníkmi na podporu duševného zdravia, tentoraz na tému: „Kedy hovoríme o syndróme vyhorenia? Štádiá a prevencia syndrómu vyhorenia“. Diskutuje: MUDr. Z. Tomaneková.

17. 10. | 15.00 | Putovanie po Izraeli s Petrom Reom

KAVIAREŇ NA CESTE | Prednáška.

29. 10. | 16.00 | Život roľníka

TREŇCIANSKE MÚZEUM | Prednáška o zvykoch a rituáloch v roľníckej rodine. Prednáša Mgr. Martin Malo.

KURZY**pondelok | 9.00 – 10.00 | Baby znakovanie**

KREATIVO | Kurz, počas ktorého sa naučíte, čo vám chce vaše nemluvná povedať. Informácie: baby.znakovanie.tn@gmail.com.

pondelok | 16.00 – 17.30 | Zeleninkové šialenstvo

KREATIVO | Hravý kurz. Informácie: baby.znakovanie.tn@gmail.com.

pondelok | 17.00 | Gravid joga

YOGA SHALA | Lekcie špeciálne navrhnuté pre spokojnosť mamičiek a ich bábätiček. Viac info: 0949 374 331.

utorok | 16.00 | Family joga

YOGA SHALA | Kurz pre deti od 3 do 6 rokov a ich rodičov.

utorok | 17.00 | Kundalini joga pre začiatok

YOGA SHALA | Vedie: Ing. Miriam Tureková

streda | 16.00 | Teen joga

YOGA SHALA | Pre deti od 10 do 14 rokov.

štvrtok | 14.45 – 16.45 | Kurz vyšívania pre deti

ŠVERMOVA 23 | Pridte sa naučiť krížikový, retiazkový, stonkový steh a mnoho ďalších, ktorými si budete dotvárať svoje oblečenie, ale aj vyšívav' dekoratívne predmety. Kurz pre deti od 11 – 15 rokov. Info: 0918 789 933.

štvrtok | 18.40 | Kundalini joga

YOGA SHALA | Vedie: Ing. Miriam Tureková.

piatok | 17.00 | Kurz Ashtanga jogy pre úplných začiatok

YOGA SHALA | Naučíme sa základy správneho dýchania a detailne sa budeme venovať vybraným pozíciám.

6., 20. 10. | 16.00 – 18.30 | Večerný ateliér pre dospelých I.

GMAB | Tvorivý ateliér pre dospelých – rôzne témy a techniky. Je nutné sa vopred prihlásiť na 032 743 68 58.

9. 10. | 17.00 – 19.00 | Kurz hormonálnej jogy

MISHA YOGA | Jogová terapia pre šťastie ženy. Kontakt: 0908 125 267.

13., 27. 10. | 16.00 – 18.30 |**Večerný ateliér pre dospelých II. / noví účastníci**

GMAB | Tvorivý ateliér pre dospelých – rôzne témy a techniky. Je nutné sa vopred prihlásiť na 032 743 68 58.

18. 10. | 15.30 | Kurz symptotermálnej metódy

CENTRUM PRE RODINU | Kurz prirodzeného plánovania rodičovstva. Na kurz je potrebné prihlásiť sa vyplnením prihlasovacieho formulára, ktorý nájdete na stránke: www.cprtrenin.sk

21. 10. | 16.00 | Stretnutie s...

GMAB | Pri príležitosti výstavy Eriky Miklóšovej „Abstract landscapes“ si pre vás autorka spolu so svojou bývalou študentkou Emmou Csuoport pripravila ekologický workshop, na ktorom si budete môcť recykláciou nepotrebných textílií vyrobiť vlastný koberec. Na workshop je potrebné sa prihlásiť na lucia.petrovicova@gmab.sk alebo 032/743 68 58.

ŠPORT**pondelok, streda | 17.30 |****Jumping Interval**

HYBKO | Dynamický tréning na profi trampolínkach. Info: 0917 483 921.

pondelok, streda | 17.45 | Zumba

KS OPATOVÁ | Tanečná fitness hodina. Info: 0903 949 966, zumba-trenin.sk.

pondelok, streda | 18.00 |**piatok | 6.30 | HIIT tréning**

na chudnutie
FITNESS CLUB JUŽANKA | Info: 0904 438 425.

pondelok | 19.00 | štvrtok | 17.45**| Strong by Zumba**

KS OPATOVÁ | Vysokointenzívny silový tréning. Info: 0903 949 966.

pondelok, streda | 19.00**| utorok, štvrtok | 8.00 |****Taekwondo pre dospelých**

OC JUŽANKA | Info: 0903 765 083, www.taekwondo-tn.sk.

utorok | 17.00 | Body forming

HYBKO | Spenenie svalstva, formovanie postavy, spaľovanie kalórií, zlepšenie kondície. Info: 0917 483 921.

utorok | 18.00 – 19.00 | streda**| 16.30 – 17.30 | Jemné cvičenie**

s relaxáciou
SOKOLOVNÁ | Vhodné pre ženy každého veku. Info: 0910 196 456.

utorok, štvrtok | 18.00 |**Chanbara**

OC JUŽANKA | Športová forma boja s mečom. Info: 0904 481 001, www.taekwondo-tn.sk.

utorok | 19.00 | Sebaobrana pre

ženy
OC JUŽANKA | Info: 0904 481 001.

štvrtok | 17.00 | Kruhový**tréning pre ženy**

HYBKO | Info: 0917 483 921.

štvrtok | 19.15 | Tai Chi &**meditácia**

OC JUŽANKA | Info: 0904 481 001, www.taekwondo-tn.sk.

3. 10. | 17.00 – 22.00 | Night run

TREŇCIANSKY HRAD | Nočný beh.

KINO

Rossiniho, mieri do kín! Nenechajte si ujsť jedinečnú inscenáciu z Areny di Verona – jedného z najstarších dosiaľ existujúcich amfiteátrů na svete. Prídte si vychutnať skvelú atmosféru opery pod holým nebom. .

Zmena programu multikina Cinemax Trenčín vyhradená. Viac informácií na www.cinemax.sk.

ZÁPASY**3. 10. | 10.00 a 12.15 | BK AS****TREŇCÍN – LUČENEC**

ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal, žiaci.

3. 10. | 15.00 | BK AS TREŇCÍN**– POVAŽSKÁ BYSTRICA**

ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal.

3. 10. | 9.00 | HK AS TREŇCÍN**„A“ – PARTIZÁNSKE**

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

3. 10. | 9.50 | HK AS TREŇCÍN**„B“ – ŠPORTOVÁ AKADÉMIA**

TREŇCÍN
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

3. 10. | 10.55 | HK AS TREŇCÍN**„B“ – PARTIZÁNSKE**

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

3. 10. | 11.45 | HK AS TREŇCÍN**„A“ – ŠPORTOVÁ AKADÉMIA**

TREŇCÍN
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

10. 10. | 9.00 | HK AS TREŇCÍN**– ŠAĽA**

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie dorastenci.

10. 10. | 11.00 | HK AS**TREŇCÍN – ŠAĽA**

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie dorastenci.

10. 10. | 14.00 | BK AS**TREŇCÍN – PIEŠŤANY**

ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal, staršie žiačky.

10. 10. | 15.00 | 1. FBC**FLORBAL Trenčín – SPIŠSKÁ****NOVÁ VES**

ŠPORTOVÁ HALA | Florbalová extraliga, muži – 5.kolo.

10. 10. | 18.00 | 1. FBC**FLORBAL Trenčín – ATU****KOŠICE**

ŠPORTOVÁ HALA | Florbalová extraliga, juniori – 5.kolo.

11. 10. | 10.00 | BK AS**TREŇCÍN – TRNAVA**

ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal, staršie žiačky.

11. 10. | 9.00 | HK AS TREŇCÍN**„A“ – BĀNOVCE NAD****BEBRAVOU**

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

ZÁPASY

11. 10. | 10.15 | HK AS TRENČÍN „B“ – BĀNOVCE NAD BEBRAVOU
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

11. 10. | 11.30 | HK AS TRENČÍN „A“ – HK AS TRENČÍN „B“
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

11. 10. | 14.00 | 1. FBC FLORBAL Trenčín – FLORKO KOŠICE
ŠPORTOVÁ HALA | Florbalová extraliga, junióri – 6.kolo.

15. 10. | 9.00 – 12.00 | ŠPORTOVÁ AKADÉMIA Trenčín – Minihádzaná
ŠPORTOVÁ HALA | Minihádzaná, turnajové kolo – základné školy – 1.stupeň.

17. 10. | 10.00 a 12.30 | BK AS TRENČÍN – NITRA
ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal, žiačky.

17. 10. | 15.00 | BK AS TRENČÍN – INTER BRATISLAVA
ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal, žiaci.

24. 10. | 14.00 | BK AS TRENČÍN – RUŽOMBEROK
ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal, staršie žiačky.

24. 10. | 15.00 | HK AS TRENČÍN – PREŠOV
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie dorastenci.

24. 10. | 16.45 | HK AS TRENČÍN – PREŠOV
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie dorastenci.

25. 10. | 9.00 | HK AS TRENČÍN „B“ – LEHOTA pod VTÁČNIKOM
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

25. 10. | 10.00 | HK AS TRENČÍN „A“ – BYTČA
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

25. 10. | 11.15 | HK AS TRENČÍN „A“ – LEHOTA pod VTÁČNIKOM
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

25. 10. | 12.15 | HK AS TRENČÍN „B“ – BYTČA
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, st. žiačky.

25. 10. | 10.00 | BK AS TRENČÍN – BANSKÁ BYSTRICA
ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal, staršie žiačky.

31. 10. | 14.00 | BK AS TRENČÍN – SLOVAN BRATISLAVA
ŠPORTOVÁ HALA – TRÉNINGOVÁ HALA | Basketbal, Kadetky.

31. 10. | 18.00 | 1. FBC FLORBAL TRENČÍN – FBO NIŽNÁ
ŠPORTOVÁ HALA | Florbalová extraliga, muži 7. kolo.

TANEC

streda | 17.45 – 18.45 | Tance pre radosť
SOKOLOVNĀ | Kolektívne tance z rôznych kútov sveta pre všetkých. Info: 0910 196 456.

FESTIVALY

11. 10. – 21. 11. | Trenčianska hudobná jeseň 2020
CENTRUM MESTA | Tradičné podujatie pre všetkých priaznivcov vážnej hudby.

14. – 18. 10. | Sám na javisku 2020
KLUB LÚČ, KINO HVIEZDA, GMAB | 26. ročník medzinárodného festivalu divadla jedného herca. Bližšie informácie na www.monodrama.sk

23. – 25. 10. | Food Fest
PRI POSÁDKOVOM KLUBE | Festival pouličného jedla. Moderuje Richard Vrabec.

INÉ...

6. 10. | 17.30 | Trenčín – Mladšia vs. staršia generácia
GMAB | Spojenie mladších i starších generácií pri diskusii o podmienkach v architektonickej praxi. Hostia: Lucia Mlynčeková, Martin Zaiček, Marián Remenář. Po skončení diskusie vás pozývame na koncert bigbítovkej kapely The Breakers.

6. 10. | 18.00 | Literárne soirée
KLUB LÚČ | Umelecký večer, ktorého hlavnou zložkou sú krátke literárne texty doplnené hudobnými a moderátorskými vstupmi.

6. 10. | 18.00 – 19.30 | Oflajn 12



FACEBOOK VOICES | Dvanásť vydanie mestského kvízu pre všetkých priateľov Trenčína prebehne vzhľadom na epidemiologickú situáciu opäť na sociálnych sieťach. Dobrovoľným štartovným budeme pomáhať vodným skautom a skautkám z 93. prístavu Tortuga Trenčín. Podrobnosti o registrácii a úhrade štartovného na www.voices.sk.

7. 10. | 16.00 | Vlastivedná prechádzka "Duch Stavoprojektu"

GMAB | Vlastivedná prechádzka, ktorá vás vezme po stopách Projektových ústavov fungujúcich v období 2. polovice 20. st. v meste Trenčín. Prechádzka sa koná v rámci medzinárodného, česko-slovenského projektu Deň architektúry. Prechádzku budú viesť kurátorka Dominika Chranová, grafička, historička a autorka výstavy Lucia Mlynčeková a kurátorka Radka Nedomová.

9. – 11. 10. | 9.00 – 18.00 | Víkend otvorených parkov a záhrad
CENTRUM PRE RODINU | Okrem nahliadnutia do našej romantickej záhrady ukrytej pod hradbami sú pre vás pripravené sprievodné aktivity: workshop viazanie jesenných vencov a tvorivé dielničky pre deti – výroba pohľadnice z lisovaných kvetov, listov, zvieratka z gaštanov.

14. 10. | 17.00 | Povedz mi, čo čítaš... Peter Lipa
VKMR | Talkšou Zuzany Mišákovovej nielen o literatúre. Host: spevák, skladateľ, najvýznamnejšia osobnosť slovenskej jazzovej scény Peter Lipa.

16. 10. | 18.00 | Peter Gartner (SK): Veľký román
ŠTÚDIO MEN AT SOUND | Autorské čítanie. Predstavenie v rámci 26. ročníka medzinárodného festivalu Sám na javisku.

16. 10. | 21.00 | Peter Konečný (SK): Moja láska k filmu
GMAB | Výnimočný večer s Petrom Konečným o filme a o jeho vzťahu k filmu. Predstavenie v rámci festivalu Sám na javisku.

20. 10. | 18.00 – 19.00 | Objavovanie pomalosti
FACEBOOK VOICES | Hoci sa sťažujeme na rýchle životné tempo, často mu podriadujeme prácu, zdravie aj vzťahy. Lenže nemusí to tak byť. S teoretikom a praktikom umenia pomalosti, lentológom Viktorom Suchým z Kabinetu pomalosti v Novej Cvernovke sa porozprávame o tom, prečo je dobré šliapnuť na brzdu a zvoľniť tempo. Podujatie série Rozhovory Choices môžete sledovať na www.facebook.com/voices.sk.

22. 10. | 19.00 | Whiskyho cestovateľské kino: Severná Kórea
KLUB LÚČ | Spevák kapely Slobodná

Európa Whisky, sa po dlhých rokoch cestovania po odľahlých kútoch piatich kontinentov rozhodol vytriahnuť na svetlo sveta svoje mnohé zážitky a fotografie zo svojich výprav.

22. – 25. 10. | Burza detských vecí
KC KUBRÁ | 22. 10. (9.00 – 18.00) preberanie vecí, 23. 10. (9.00 – 18.00) predaj vecí, 24. 10. (9.00 – 12.00) predaj vecí, 25. 10. (8.00 – 10.00) výdaj vecí.

26. 10. | 16.30 | J. Banáš: Nádherná smrť v Altaji
VKMR | Uvedenie novej knihy spisovateľa, politického publicistu a esejistu Jozefa Banáša. Motivačný román symbolicky odpredáva na cestu k čitateľom špeciálny hosť – predseda Trenčianskeho samosprávneho kraja Jaroslav Baška.

31. 10. | 11.00 – 15.00 | Akú cenu majú obrazy, ktoré máte doma?
GMAB | Obrazy, či kresby, kúpené za pár korun dnes môžu mať veľkú historickú cenu, ktorú môžete konzultovať s odborníkmi z galérie a z TOTO! je galéria.

31. 10. | 16.00 | Nebo, peklo, Krampus
TRENČIANSKY HRAD | Čerti na hrade.

31. 10. | 20.00 | DJ Mairée
PIANO CLUB | Jeden z najlepších slovenských DJ-ov a producentov Mairée.

KONTAKTY

CENTRUM PRE RODINU	Farská 12, 0903 440 132, info@cprtrencin.sk , www.cprtrencin.sk
CINEMAX	OC MAX, Gen. M. R. Štefánika 426, www.cine-max.sk
DENNÉ CENTRUM SIHOŤ	Osvienčimská 3, 0901 714 266, dcsihot@trencin.sk
GALÉRIA VÁŽKA	Mierové nám. 19, 0915 382 532
GMAB GALÉRIA M. A. BAZOVSKÉHO	Palackého 27, 032/743 68 58, www.gmab.sk
HYBKO – viac ako len fitko	Veľkomoravská ulica (budova bývalej Ozety), Trenčín – Zámestie, 0917 483 921
KAVIARENĀ NA CESTE	Katov dom, Matúšova ulica
KC KUBRA	Kubranská 94, 0907 516 720, kckubra2@gmail.com
KIC Kultúrne-informačné centrum	Mierové námestie 9, 032/ 6504 709, kic@trencin.sk , visit.trencin.sk
KINO HVIEZDA	Kn. Pribinu 3, hviezda@trencin.sk , 0902 911 480
KLUB LÚČ	Kniežata Pribinu 3, 0903 027 910, info@klubluc.sk
KREATIVO	Gen. M. R. Štefánika 379/19, 0918 883 505
KS OPATOVÁ	Opatovská 96, ksopatova@gmail.com
MESTSKÁ ŠPORTOVÁ HALA	Mládežnícka 1, 032/ 743 63 36
OC JUŽANKA	Gen. Svobodu 1, 0911 885 235, juzanka@juzanka.sk
PIANO KLUB	Pod Sokolice 12, 0905 278 785
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16
SOKOLOVNĀ	Mládežnícka 2, 0918 859 811, sokoltrencin.sk
TRENČIANSKE MÚZEUM	Mierové námestie 46, 032 7434431
TRENČIANSKY HRAD	032/743 56 57, www.muzeumtn.sk
VKMR	Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčíne, ulice Jaselská a Hasičská 1, www.vkmr.sk , 032/770 83 00
YOGA SHALA	Osloboditeľov 667/1A, 0949 371 331
ZŠ Veľkomoravská	Veľkomoravská 12, zsvelkotn@zs4.sk
TRENČIANSKY HRAD	www.muzeumtn.sk , 032/743 56 57
TRENČIANSKE OSVETOVÉ STREDISKO	K dolnej stanici 7282/20A, www.tnos.sk , 032/655 53 28
TSK Trenčiansky samosprávny kraj	K dolnej stanici 7282/20A, 032/655 53 23
VKMR	Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčíne, ulice Jaselská a Hasičská 1, www.vkmr.sk , 032/770 83 00
YOGA SHALA	Osloboditeľov 667/1A, www.yogashala.sk
ZUŠ K. PÁDIVÉHO	Nám. SNP 2, 032/743 55 21, www.zustrencin.sk