

ČARO VIANOC POD HRADOM



Kam v Trenčine december 2018

■ DIVADLO

1. 12. | 15.00, 18.00 | 9. 12.
| 17.00 | **Perinbaba**



KINO HVIEZDA | Mestské divadlo Trenčín uvádza zimnú rozprávku, v ktorej nebudú chýbať veselí komedianti so svojimi kúzla-
mi, láskava Perinbaba, kmotra Zubatá a lás-
ka Jakuba a Alžbetky silnejšia než smrť.

13. 12. | 19.00 | **Zoznamka**

KINO HVIEZDA | Zázitková divadelná show
pre všetkých, ktorí hľadajú lásku a zábavu
– s dvojičou výborných komediálnych her-
cov O. Belešovou a R. Pomajbom.

■ KONCERTY

2. 12. | 16.00 | **Vianočný šláger**
POŠÁDKOVÝ KLUB | Účinkujú Mája Veľšicová,
Robo Kajzer, Los Brados, Rytmus, Ses-
try Bacmaňákové, Kozlaňáci.

7. 12. | 19.00 | **Koncert Zuzany**
Suchánkovej



SAVANNA CAFÉ | Energická, úprimná a ne-
falšovaná muzika určená pre vnímavé
publikum bez rozdielu veku.

9. 12. | 14.00 | **VIII. benefičný**
koncert

PIARISTICKÝ KOSTOL | Koncert na podporu
Hospicu milosrdných sestier. 14.00 Domi-
nika Mirgová (Mierové námestie), 15.00
Ricco & Claudia (piaristický kostol).

15. 12. | 15.00 | **Adventný**
koncert speváckych zborov –
Daj Boh šťastia tejto zemi

PIARISTICKÝ KOSTOL | Účinkujú Detský spe-
vácky zbor Vážky a Trenčiansky spevácky zbor.

15. 12. | 18.00 | **Koleda**
s Veronikou Rabada a kapelou
KINO HVIEZDA | Veronika na svojom turné
po Slovensku zaspieva tradičné slovenské
koledy aj skladby z nového albumu Lúka.

16. 12. | 15.00 | **Adventný**
koncert speváckych zborov –
Daj Boh šťastia tejto zemi

EVANJELICKÝ KOSTOL | Účinkujú Trenčian-
sky evanjelický spevokol Zvon, Ženský spe-
vácky zbor Srňan, Zmiešaný zbor Cantabile
a Trenčiansky spevácky zbor.

16. 12. | 16.00 | **Vianočný**
koncert

PIARISTICKÝ KOSTOL | Melódie sviatočných
dní. Účinkujú Mája Veľšicová a Miro Švába.

20. 12. | 19.00 | **Jozef Holly &**
Band

PIANO CLUB | Fenomenálny slovenský klavi-
rista zahrá slovenské koledy aj svetoznáme
vianočné piesne s doprovodom sláčikového
kvarteta a detského speváckeho zboru.

28. 12. | 20.00 | **Queenmania**
PIANO CLUB | Koncert.

■ VÝSTAVY

do 2. 12. | **Hlava** *****

KIC | Verejné výtvarné umenie v Trenčine
v rokoch 1965 – 1989.

do 2. 12. | **Kúzlo starých**
filmových plagátov

MESTSKÁ VEŽA | Výstava originálnych pr-
vorepublikových filmových plagátov a fo-
tografických prístrojov.

do 9. 12. | **Výstava Vladimíra**
Plachého

GALÉRIA VÁŽKA | Výstava malieb.

do 10. 12. | **Alena Adamíková:**
Cesty k sebe

NOVÁ VLNA | Umelecké diela poznačené
istou mierou expresie, pop-artu a surre-
ality sú vytvorené pre požiadavky súčasne-
ho diváka.

do 13. 12. | **Storočnica vzniku**
ČSR

ŠTÁTNY ARCHÍV | Výstava archívnych doku-
mentov.

do 14. 12. | **Príroda, životné**
prostredie a deti

ZUŠ | Výstava z 30. ročníka regionálnej vý-
tvarej súťaže pre žiakov materských, zá-
kladných a špeciálnych škôl a ZUŠ.

do 31. 12. | **Osudové osmičky**
Trenčína

TREŇČIANSKY HRAD | Výstava približuje
históriu Trenčína prostredníctvom osudu-
vých osmičkových letopočtov, ktoré formo-
vali moderné dejiny slovenského národa.

do 13. 1. | **Šimon Chovan –**
Reading Room

GMAB | Projekt Reading Room dekonštru-
je klasické materiálne podmienky knihy
ako média a vytvára nové, primitívne ab-
straktné mechanizmy.

do 25. 1. | **Matúš Lányi**

NOVÁ VLNA | Výstava diel súčasného mul-
timediálneho umelca zameriavajúceho sa
na súčasnú spoločnosť a sociálne presahy
v umení predovšetkým s náboženskou te-
matikou.

do 28. 2. | **Výstava vláčikov**



TREŇČIANSKY HRAD | Viac ako 150 modelov
vláčikov, 35 m pojazdnej železničnej trate,
dobové železničarske uniformy aj historic-
ké fotografie.

29. 11. – 31. 12. | **Vytvorené**
na Slovensku – U Bazovského

GMAB | Kolektívna výstava diel umelcov
inšpirovaných tvorbou M. A. Bazovského,
ako aj históriou a výrobou modrotlačie.

30. 11. – 1. 12. | **Vinum Laugaricio**
2018

EXPO CENTER | 14. ročník medzinárodnej
výstavy vína, vody a destilátov.

1. 12. – 14. 1. | **Na ceste k snom**
SAVANNA CAFÉ | Výstava obrazov Veroniky
Weberovej, ktoré sú spojením emocionál-
neho prežívania a racionálnej snahy o se-
bareflexiu.

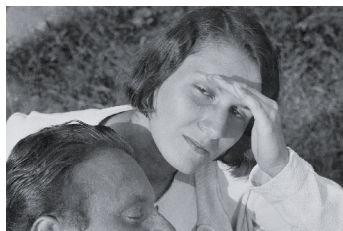
3. 12. – 6. 1. | **Vianoce z ulice**

KIC | Autorská výstava fotografií Eleonóry
Žúrkovej.

3. 12. – 6. 1. | **Momentky**
z námestia

MESTSKÁ VEŽA | Výstava fotografií Mariany
Đurišovej a Juraja Majerského.

6. 12. – 31. 3. | **Fotograf**
Bazovský



GMAB | Pozrite si súbor nepublikovaných
negatívov M. A. Bazovského.

10. 12. – 31. 1. | **Radosti zimy**
očami detí

CENTRUM SENIOROV | Výstava výtvarných
prací detí MŠ M. Turkovej.

■ NEDAJTE SI UJŠŤ

1. 12. | 16.00 | **Prechádzka**
 mestom so sprievodcom:
Piaristický a farský kostol



KIC | Jubilejná 50. prechádzka mestom
nás v predvianočnom čase zavedie
do dvoch trenčianskych kostolov – pia-
ristického a farského. Zvonka jednodu-
chý, ale vnútri bohato zdobený baro-
kový piaristický kostol je dominantou
Mierového námestia. Nad námestím
sa na Mariánskom vršku vypína farský
kostol Narodenia Panny Márie, ktorý
patrí k najstarším trenčianskym chrá-
mom. Čo sa nachádzalo okolo farského
kostola? Aký erb robí priečelie piar-
istického kostola? Príďte na prechádzku
mestom a dozviete sa viac.

5. – 23. 12. | **Čaro Vianoc pod**
hradom

MIEROVÉ NÁMESTIE | Počas 19 dní sa
na Mierovom námestí vystrieda oko-
lo 500 účinkujúcich, z ktorých najviac
žiaria Fragile, Korben Dallas, Peter Bič
Projekt, Banda, speváčka zložka Lúč-
nice, Mirka Partlová, Címbal Brothers
a mnohí ďalší. Podrobný program nájdete
v novinách INFO na str. 9 alebo
na stránke visit.trencin.sk.

5. – 23. 12. | **Vianočné trhy**

MIEROVÉ NÁMESTIE | V 44 stánkoch kú-
píte hand made vecičky, keramiky, ple-
teniny, vianočné vence a ozdoby, me-
dovníčky, sklené vitráže, šperky a rôzne
drobnosti. V 12 stánkoch s občerstve-
ním si pochutnáte na varenom víne,
punči aj čerstvo pripravenom jedle.

5. 1. | 16.00 | **Prechádzka**
 mestom so sprievodcom:
Zabudnuté osobnosti

KIC | Univerzitný profesor, etnograf
a múzejník, J. Mjartan, pôsobil v Tren-
čine ako gymnaziálny profesor a spolu-
pracovník trenčianskeho múzea. Historik
Š. Pozdišovský, profesor gymnázia, autor
viacerých publikácií o Trenčine a kustód
trenčianskeho múzea, zachránil cennú
obrazovú zbierku Iľeháziovcov. Čo má
spoločné rybárstvo, ľudové staviteľstvo
a vampirizmus? Aké známe osobnos-
ti boli žiakmi Štefana Pozdišovského?
Odpovede na tieto otázky a ďalšie za-
ujímavosti sa dozviete na prechádzke
mestom.

FILM

6. 12. | 18.00 | **Mantra – zvuky do ticha**

YOGA SHALA | Film opisuje vzostup nového fenoménu spoločného vedomeho spievania – chanting.

CINEMAX

od 6. 12. | **Super Taxík**



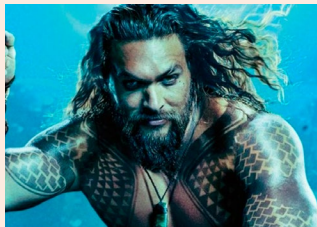
Rodinná komédia, v ktorej má malé autíčko Vilík veľký sen – chce sa stať kráľom ciest vo svojom rodnom meste Gasket City. Naviac je „až po dušu“ zaľúbený do modelky Belly, lenže v ceste mu stojí jej priateľ Ben a tiež zlý nákladník Kaiser, ktorý Bellu unesie.

od 6. 12. | **Do plaviek!**



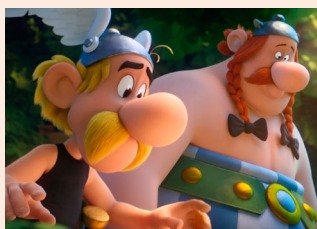
Komédia nielen o tom, ako dlho musíte zadržať dych, aby ste prežili život.

od 13. 12. | **Aquaman**



Filmový príbeh o populárnych superhrdinoch odhaľuje pôvod Arthura Curryho (Jason Momoa), napoly človeka, napoly obyvateľa bájenej Atlantídy. Životná cesta ho prinúti čeliť pravde nielen o tom, kým v skutočnosti je, ale zároveň, či je hoden stať sa tým, pre čo bol zrodený.

od 20. 12. | **Asterix a tajomstvo kúzelného lektvaru**



Animovaný film. Keď druid Panoramic spadne pri zbere imela zo stromu, rozhodne sa, že je čas, aby niekomu prezradil tajomstvo čarovného elixíru. A tak sa vydá spolu s Asterixom a Obelixom na cestu hľadania mladého druida, ktorému by mohol prezradiť svoje tajomstvo.

14. 12. – 12. 1. | **Gregoriáda**



TSK | Autorská výstava obrazov Mira Gregora. Vernisáž 14. 12. o 17.00.

20. 12. – 27. 1. | **Juraj Oravec – Nezvyčajné príbehy**



GALÉRIA VÁŽKA | Výstava maliieb. Vernisáž 20. 12. o 17.00.

DETI

pondelok, streda | **Tanečná škola Goonies**

KCAKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti od 3 rokov. Info: 0915 101 051.

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

KCAKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti od 5 do 15 rokov. Info: 0908 731 125.

pondelok – piatok | **9.00 – 12.00**

Rána pre maminy

KREATIVO | Deti predškolského veku pri hre s kockami LEGO® v spoločnosti svojich mamičiek.

pondelok | **9.30 – 10.30 | Pacičky**

CVČ | Hry pre deti do 3 rokov zamerané na rozvoj jemnej motoriky a intelektu.

pondelok | **10.00 – 11.00 |**

Keramické patlámo

KCAKTIVITY | Pre deti od 2 rokov v sprievode jedného z rodičov. Info: 0918 561 320, mirka@kcaktivty.sk.

pondelok | **14.00 – 15.00 |**

Plávanie – staršie deti a lepší plavci

ZŠ NOVOMESKÉHO | Deti sa oboznámia s rôznymi plaveckými štýlmi a prostredníctvom hier získajú radosť z vody.

pondelok | **14.30 – 15.30 |**

Scénický tanec



CVČ | Kombinácia baletu a moderného tanca. Info: sankovacvctn@gmail.com.

pondelok | **14.30 – 15.30 |**

Bedminton

CVČ | Základy bedmintonu, technika a taktiky hry. Info: somorovskvcvctn@gmail.com.

pondelok | **15.00 – 16.00 |**

Plávanie – mladšie deti a slabší plavci

ZŠ NOVOMESKÉHO | Deti sa oboznámia s rôznymi plaveckými štýlmi a prostredníctvom hier získajú radosť z vody.

pondelok, utorok, štvrtok |

16.30 – 18.00 | Karate klub ekonóm

KCAKTIVITY | Info: 0911 603 068.

pondelok | **17.00 – 18.00 |**

Gumkáčik

ZŠ NOVOMESKÉHO | Vhodný pre deti vo veku 3,5 – 5 rokov. Osvojenie si základných pohybových, motorických a orientačných návykov. Info: 0911 886 007, buckova.cvctn@gmail.com.

utorok | **10.00 | Mami spricht**

Deutsch

MC SRDIEČKO | Mamičky sa rozprávajú po nemecky a deti sa pri nich hrajú.

utorok | **14.30 – 15.30 |**

Čerešničky

CVČ | Tanečná príprava od 3 rokov zameraná na získanie základných pohybových zručností a zlepšenie koordinácie pohybov. Info: sankova.cvctn@gmail.com.

utorok, štvrtok | **15.00. 16.00,**

17.00 | Kreatívno-vzdelávacie kurzy s kockami LEGO®

KREATIVO | Malý konštruktér (od 4 – 5 rokov), veľký inžinier (6 – 11 rokov). Info: www.kreativotn.sk, 0918 883 505.

utorok | **15.00 – 16.30 | Klub**

keramikárov



KCAKTIVITY | Keramický krúžok pre deti od 5 rokov s výučbou základnej práce s hlinou a glazúrou. Info: mirka@kcaktivty.sk, 0918 561 320.

utorok, štvrtok | **16.00 – 20.00 |**

Korzo dance

SZUŠ NOVOMESKÉHO | Tanečná škola moderného tanca. Info: 0903 793 557.

utorok | **16.30 – 18.00 | štvrtok |**

14.00 – 15.30 | Fresas



CVČ | Tanečná skupina pre deti od 11 rokov sa venuje latino tancom, africkým tancom a tanečným štýlom new style a urban latino. Info: sujakova.cvctn@gmail.com.

utorok | **17.00 – 18.00 | Hráme**

sa a športujeme

5. ZŠ | Spoločné hry pre deti aj rodičov. Vedie Katka Matejková.

utorok | **17.00 – 18.00 | Capoeira**

pre deti

KCAKTIVITY | Brazílske bojové umenie spojené s akrobaciou, hudbou a tancom. Info: 0911 087 631.

utorok, štvrtok | **18.00 | sobota**

| 17.00 | Parkour & Freerunning pre deti

EXPOCENTER | Tréningy pre deti vo veku 5 – 18 rokov. Info: academy@borntotrick.com, 0908 166 858.

streda | **9.00 – 10.00 |**

Riekankovo

MC SRDIEČKO – KC STRED | Mamička a dieťa sa pri spoločnej hre učia riekanky.

streda | **10.00 – 11.00 | Klubík FS Drobci**

KCAKTIVITY | Tancujeme, spievame, hráme sa, rozvíjame priestorovú orientáciu, rytmus a rečový prejav. Pre deti od 2 rokov. Info: 0904 927 161, anna.kardos84@gmail.com.

streda | **10.00 | Mommie's**

English Club

MC SRDIEČKO | Mamy sa rozprávajú po anglicky a deti sa pri nich hrajú.

streda | **14.30 – 15.30 |**

Skákajúce žabky

CVČ | Tanečná príprava od 3 rokov zameraná na získanie základných pohybových zručností a zlepšenie koordinácie pohybov. Info: sankova.cvctn@gmail.com.

streda, štvrtok, piatok | **16.00**

| streda | 17.00 | Folklorný

krúžok Drobci

KCAKTIVITY | Tancujeme, spievame, hráme sa, rozvíjame priestorovú orientáciu, rytmus, rečový prejav. Pre deti od 2,5 do 6 rokov. Info: 0904 927 161, anna.kardos84@gmail.com.

streda | **17.30 – 18.30 | piatok |**

14.00 – 16.00 | Minihádzaná

ŠPORTOVÉ GYMNAZIUM | Základy hádzanej pre deti. Info: buckova.cvctn@gmail.com, 0911 886 007.

piatok | **16.00 – 19.00 | Skauting**

na juhu

KCAKTIVITY | Schôzky detí a mládeže 32. skautského zboru Ale Vivo. Info: 0908 683 393, romcako@gmail.com.

1. 12. | **9.00 – 12.00 | Adventné**

tvorenie

MC SRDIEČKO – KC STRED | Dielničky pre deti.

2. 12. | **15.00 – 18.00 | Adventné**

tvorivé dielničky I.

OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky s vianočnou tematikou pre deti. O 16.00 sa predstavia tanečníci z TS Goonies.

3. – 21. 12. | **Pasovanie prvákov**

v knižnici

VKMR | Ponuka pre 1. ročník ZŠ, v rámci ktorej prváčikov čaká slávnostný zápis do knižnice. Info: www.vkmr.sk.

3. 12. | **17.00 | Cesta na severný pól**

KINO HVIEZDA | Rodinný rozprávkový muzikál.

6. , 13. 12. | **Podporná skupina**

nosenia detí

MC SRDIEČKO | Vedú lektorky nosenia Zuzana Čizmárová a Janka Mištinová.

7. 12. | **9.30 | Braňo**

Jobus: Muflón Ancijáš

a mimozemšťan

VKMR HASIČSKÁ | Beseda so spevákom, spisovateľom a hudobníkom Branislavom Jobusom spojená s prezentáciou jeho najnovších kníh. Účast' treba vopred nahlásiť na 032/7460715.

7. 12. | **18.30 | Zážitková**

Mikulášska LEGO® Party

KREATIVO | Zábavný program,

občerstvenie, Mikulášsky balíček a zážitkové spanie. Info: www.kreativotn.sk.

8. 12. | 10.00 – 14.00, 14.00 – 18.00 | Vianočné pečenie s furtuškou

KAVIARNIČKA NA CESTE | Detské pečenie vianočných koláčikov. Prihlásenie cez SMS na číslo 0948 035 225.

8. 12. | 15.00 – 18.00 | Upeč a ozdob si svoj medovníček

OC LAUGARICIO | Zábavné pečenie a zdobenie medovníčkov pre deti a ich rodičov.

8. 12. | 16.00 | Vystúpenie FS Drobci

OC LAUGARICIO | Vystúpenie najmenších folkloristov z FS Drobci.

8., 9. 12. | 16.00 – 19.00 | Adventné dielničky

CENTRUM PRE RODINU | Výroba vianočných pozdravov, dekorácií a ozdôb.

9. 12. | 15.00 – 18.00 | Adventné tvorivé dielničky II.

OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky s vianočnou tematikou pre deti. O 16.00 vystúpenie TS Bambula.

10. – 14. 12. | 10.00 | Celé

Slovensko číta deťom – advent VKMR | Adventné čítania, zamerané na rodinné väzby a prepojenia v krásnej atmosfére nastávajújúcich vianočných sviatkov. Info: deti@vkmr.sk.

13. 12. | 9.30 – 11.30 | Galerikovo

GMAB | Tvorivé dielničky pre deti od 18 mesiacov do 6 rokov.

15., 16. 12. | 16.00 – 19.00 |

Adventné dielničky

CENTRUM PRE RODINU | Výroba betlehemov a zdobenie medovníčkov.

16. 12. | 15.00 – 18.00 | Adventné tvorivé dielničky

OC LAUGARICIO | Tvorivé dielničky s vianočnou tematikou pre deti. O 16.00 sa predstavia tanečníci z TS Korzo.

16. 12. | 14.00 – 16.00 | Nedeľné vianočné výtvrky

GMAB | Vikendové tvorivé stretnutie pre deti, ktoré sa chcú zoznámiť s umením.

17. 12. | 10.00 | Hľadáme stratenú rozprávku

VKMR | Čítanie rozprávok pre najmenšie deti a ich rodičov. Podujatie sa koná v po- bočkách na Hasičskej, Juhu (KC Aktivity), Dlhých Honoch a v Kubrej.

18. 12. | 8.00 | Otvor srdce, daruj knihu

VKMR HASIČSKÁ | Vyhodnotenie 14. ročníka charitatívneho projektu „Otvor srdce, daruj knihu“.

18. 12. | 17.00 | Máme radi umenie

VKMR HASIČSKÁ | Prezentácia umeleckej činnosti žiakov SZUŠ Trenčín.

19. 12. | 16.00 | Svet stále lásku má

VKMR HASIČSKÁ | Predvianočné charitatívne podujatie pre deti z Detského domova Lastovička v Trenčíne.

SENIORI

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

VKMR JASELSKÁ | Bezplatná inštruktáž na zvládnutie základov PC a komunikačné prostredníctvom e-mailu pre seniorov. Info: 032/ 7708314.

6. 12. | 15.30 – 17.30 | 7. 12. | 15.00 – 19.30 | Klub JDS č.30

KC AKTIVITY | Klubová činnosť, vedie Zdenka Buryová.

7. 12. | 10.00 | Čo vieš o Slovensku

CENTRUM SENIOROV | Podujatie „Čo vieš o Slovensku“, súťaž o Mikulášske vrecko.

11. 12. | 9.00 – 11.30 | Ateliér pre seniorov

GMAB | Tvorivé dielne nielen pre seniorov na rôzne témy a techniky, prepojené s vy- stavenými dielami.

12. 12. | 13.30 | XXXII. ročník Akadémie tretieho veku

KC STRED | Program: Jubilanti 2018, pose- denie pri stromčeku s kultúrnym pro- gramom, Katarína Hudecová, spisovateľka, spomienka na dielo a nedožitie 90. výročie. Info: 0915 117 463.

13. 12. | 15.00 | Mikulášske stretnutie seniorov

POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub vojens- kých veteránov.

31. 12. | 15.00 | Silvester 2018

POSÁDKOVÝ KLUB | Spoločenské stretnutie, pripravuje Klub vojenských veteránov.

31. 12. | 19.00 | Silvestrovská zábava

PENZIÓN FORMULA | Jednota dôchodcov Slovenska pozýva na Silvestrovskú zábavu. Do tanca hrá hudobná skupina Fortuna. Info: 0905 982 132, buryovaz@gmail.com.

PREDNÁŠKY

streda | 15.00 | DIA mapa

CENTRUM SENIOROV |

6. 12. | 16.00 | Literárny klub

Omega | VKMR HASIČSKÁ | Pozvánka pre všetkých priaznivcov literatúry na diskusiu a pre- zentáciu vlastnej tvorby.

7. 12. | 16.30 | Eva Bodnárová – Vidmo

VKMR HASIČSKÁ | Beseda z cyklu „Pozná- vame Trenčanov“ s Evou Bodnárovou – re- daktorkou, spisovateľkou, nositeľkou Ceny prof. M. Kuseého za vydavateľskú činnosť v oblasti architektúry, spojená s predsta- vením jej novej knihy Vidmo.

10. 12. | 16.30 | Kateřina

Karásková – Kde ženy vládnu | VKMR HASIČSKÁ | Beseda so spisovateľkou, humanitárnou pracovníčkou a cestovateľ- kou Kateřinou Karáskovou o jej knihe.

12. 12. | 17.00 | Povedz mi, čo čítaš – Ivan Bulík

VKMR HASIČSKÁ | Talkšou trenčianskej he- rečky Zuzany Mišákovéj nielen o literatú- re. Hostom bude cestovateľ, dobrodruh, spisovateľ, fotograf, skialpinista, chatár z Inoveckej chaty, Ivan Bulík.

12. 12. | 17.00 | How to music



GMAB | Prednášku venujúcu sa tvorbe pro- fesionálnej hudby a následnému marketin- gu povedie tvorca filmovej a hernej hudby, autor projektu Coldnoise, Jaroslav Vyhnič- ka.

13. 12. | 16.00 | Jezuiti v Trenčíne

TRENČIANSKE MÚZEUM | Prednáša PhDr. ThMgr. Libor Bernát CSC.

20. 12. | 16.00 | Láska

po narodení

VKMR HASIČSKÁ | Témou budú počiatky vzťahovej väzby. Diskutuje prof. MUDr. J. Hašto, PhD.

29. 12. | 16.00 | Viking Way –

SAVANNA CAFÉ | Inšpiratívno-informačná prednáška s Martinom Denkom zameraná na základy výživy, fitness, cvičenie a mo- tiváciu.

KURZY

pondelok | 17.30 – 19.00 |

Francúzsky jazyk – mierne pokročili

KC AKTIVITY | Kurz s Madame Smejkalou. Info: smejkal@mail.t-com.sk.

utorok | 17.30 – 19.00 |

Francúzsky jazyk – pokročili

KC AKTIVITY | Kurz s Madame Smejkalou. Info: smejkal@mail.t-com.sk.

utorok | 19.00 – 20.00 |

Francúzsky jazyk – II. ročník

KC AKTIVITY | Kurz s Madame Smejkalou. Info: smejkal@mail.t-com.sk.

štvrtok | 17.30 – 19.30 | Kurz

keramiky a točenia na kruhu

KC AKTIVITY | Na 8-týždňovom kurze sa naučíte viac o práci s keramikou hlinou, jej druhoch, spracovaní a vyskúšate si základ- né modelovanie aj točenie na kruhu. Info: mirka@kcaktivita.sk, 0918 561 320.

2. 12. | 10.00 – 16.00 | Intenzívny

jednodňový kurz jogu pre

začiatočníkov

GEMINI CENTRUM | Info: 0944 548 885, www.gemini centrum.sk.

5. 12. | 17.00 – 20.30 | Klub

Patchwork Trenčín

KC AKTIVITY | Stretnutie členov a milovní- kov patchworku. Vedie Hanka Nekorancová.

5., 9. 12. | 17.30 – 19.00 | Tvorivý

atelier pre dospelých

OC LAUGARICIO | Pravidelné tvorivé kurzy pre dospelých. Prihlasovanie: 0918 561 320, mirka@kcaktivita.sk.

11. 12. | 16.00 – 18.30 | Večerný

atelier pre dospelých



GMAB | Tvorivý atelier pre dospelých na rôzne témy a techniky, prepojené s vy- stavenými dielami.

15. 12. | 8.30 – 18.30 | Škola

intuície

KC AKTIVITY | Nový koncept alternatívne- ho vzdelávania detí a teenagerov v oblas- ti rozvoja pravej hemisféry, intuície a ve- domej tvorby života. Info: 0915 850 251, www.intuicia.eu.

ŠPORT

pondelok | 17.15 – 19.15 | SM

system | KC AKTIVITY | Cvičebný systém na regene- ráciu chrbtice. Info: 0905 705 431.

FILM

od 27. 12. | Bumblebee Transformers 6



Akčný dobrodružný fim, v ktorom má Charlie čerstvých osemnásť a k naro- deninám dostane od majiteľa auto- servisu obitého žltého Chrobáka. Nie je to hocijaký Chrobák, ale Transformer Bumblebee, ktorý sa v zapadnutom kalifornskom mestečku ukrýval pred svetom.

ZÁPASY

1. 12. | 9.00 – 15.30 | AS

Trenčín – turnaj U7

– prípravka

ŠPORTOVÁ HALA | Futbal.

2. 12. | 16.00 | HK AS Trenčín –

Vranov nad Topľou

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie dorastanky.

2. 12. | 18.00 | HK AS Trenčín –

Vranov nad Topľou

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie do- rastanky.

2. 12. | 9.00 – 13.30 | HK AS

Trenčín – Krajské regionálne kolo

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

4. 12. | 8.00 – 13.00 | Futbal –

AS Trenčín Mikuláš cup 2018

ŠPORTOVÁ HALA | Futbalový turnaj žia- kov – ZŠ 1. stupeň.

5. 12. | 11.45 – 16.30 | Školské

športové strediská

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, HK AS Tren- čín prípravka.

5. 12. | 8.30 – 15.00 | Futbal –

TFK OPATOVÁ

ŠPORTOVÁ HALA | Futbal, starší žiaci.

15. 12. | 8.30 – 16.00 | Futbal –

ZsFZ Turnaj – finálové kolo

ŠPORTOVÁ HALA | Futbal.

15. 12. | 18.00 | 1. FBC Florbal

Trenčín – Prešov

ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, extraliga junióri.

16. 12. | 16.00 | 1. FBC Florbal

Trenčín – Nemšová „B“

ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, 1. liga ženy.

18. 12. | 8.15 – 17.00 | Finálový

turnaj TSK FLORBALKI SK

CUP 2018

ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, stredné školy chlapci a dievčatá.

22. 12. | 17.00 | 1. FBC Florbal

Trenčín – FBO Nižná

ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, extraliga muží.

pondelok, streda | 18.45 – 20.00
| piatok | 17.00 – 18.15 | Joga pre
začiatočníkov

GEMINI CENTRUM | Lhká jemná joga s Miou vhodná pre začiatočníkov. Info: 0944 548 885, www.gemini-centrum.sk.

pondelok | 18.00 – 19.00 |

Tabata
ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

pondelok | 18.15 – 19.15 |

Kruhový tréning s Monikou
KC AKTIVITY | Info: 0907 673 887

pondelok, streda | 18.30 |

Jumping Interval
FITNESS LION CENTER | Dynamický tréning na profi trampolínach. Info: 0917 483 921, www.jumpingivka.sk.

pondelok | 19.00 – 20.00 | Port

De Bras
ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

pondelok, streda | 19.30 –

20.30 | piatok | 19.00 – 20.00 |

Cvičenie pre ženy s Vladom
KC AKTIVITY | Cvičenie zamerané na posilňovacie cviky v intervalovom cvičení. Info: 0903 793 557.

utorok | 10.00 | Joga pre

mamičky
MC SRDIEČKO – KC STRED | Vhodná už 6 týždňov po pôrode.

utorok | 16.45 – 17.45 |

Zdravotný pilates
KC AKTIVITY | Vhodný pre začiatočníkov a ľudí s bolesťami chrbta.

utorok, štvrtok | 17.00 |

Powerjoga s Monikou
LADIES ECLUB | Powerjoga pre začiatočníky aj mierne pokročilé. www.ladyeclub.sk.

utorok | 17.15 – 18.30 | Joga –

zdravý chrbát
GEMINI CENTRUM | Jogové cvičenie zamerané na posilnenie chrbtového svalstva a odbúrание bolesti chrbta. Info: 0944 548 885, http://gemini-centrum.sk/rozvrh.

utorok | 17.30 – 18.15 | Family

yoga
YOGA SHALA | Info: www.yogashala.sk, 0904 363 312.

utorok, štvrtok | 17.50 – 18.50 |

Cvičenie pilates pokročilí
KC AKTIVITY | Cvičenie zamerané na hlboký svalový systém. Info: 0905 705 431.

utorok | 18.15 – 19.15 | Kruhový

tréning
ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732.

utorok, štvrtok | 18.15 – 20.00 |

Capoeira
KC AKTIVITY | Brazílske bojové umenie spojené s akrobáciou, hudbou a tancom. Info: 0911 087 631.

utorok | 19.00 – 20.15 | Joga

s Alenkou Spurnou
KC AKTIVITY | Cvičenie je otvorené všetkým – bez ohľadu na vek a kondíciu. Info: 0903 271 444.

streda | 17.00 | Cvičenie pre

tehotné – profylaxia
MC SRDIEČKO – KC STRED | Vedie pôrodná asistentka Zuzana Duncová.

streda | 17.30 – 18.30 | Gravid

Joga



GEMINI CENTRUM | Cvičenie zamerané na odbúrание bolesti chrbta, posilnenie svalstva a príprava na pôrod. Info: 0944 548 885, www.gemini-centrum.sk.

streda | 18.00 – 19.00 |

Bodywork a Tabata s Monikou
KC AKTIVITY | Hodina s prvkami dance aerobiku spojená s posilňovaním a strečingom. Info: 0903 772 157.

streda | 18.15 – 19.15 | Fit lopty

a bodywork s Nikou
KC AKTIVITY | Ideálne cvičenie, pri ktorom sa pracuje hlavne s váhou vlastného tela. Info: 0948 855 870.

streda | 18.30 – 19.30 | Deep

Work
ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732

štvrtok | 16.30 – 17.30 |

Kondičné tréningy dospelí
CVČ | Kondičný tréning pomáha znížiť telesný tuk, spevniť oslabené svalstvo a zlepšiť držanie tela. Info: 0911 886 007.

štvrtok | 18.00 – 19.00 | Body

Work
ŠPORTOVÁ HALA | Info: 0903 449 732

štvrtok | 19.00 – 20.00 |

Cvičenie pilates začiatočníci a mierne pokročilí

KC AKTIVITY | Info: 0905 705 431.

štvrtok | 19.15 | Kruhový

tréning pre ženy
FITNESS LION CENTER | Spevnenie svalstva, formovanie postavy, spaľovanie kalórií, zlepšenie kondície. Info: 0917 483 921, www.jumpingivka.sk.

5., 12., 19. 12. | 18.30 – 19.30 | 12. 12. |

19.15 – 20.15 | Zumba s Petrou
KC AKTIVITY | Tanečná fitness hodina plná energie, skvelej hudby a dobrej nálady. Info: 0903 949 966.

14. 12. | 17.00 – 20.00 |

Mohendžodáro – tantrajoga

pre ženy
KC AKTIVITY | Posvätné tantrické cvičenie vychádzajúce zo starodávnej indickej tradície. Info: 0948 609 701.

30. 11. – 1. 12. | Hormonálna joga

KC AKTIVITY | Hormonálna jogová terapia aktivuje či obnovuje tvorbu ženských pohlavných hormónov. Info: 0944 707 631.

■ TANEC

streda | 17.00 – 18.00 | Latino

ladies styling
CVČ | Tanečné hodiny sú zamerané na tzv.

ladies styling – ženskú individuálnu techniku tanca. Info: sujakova.cvctn@gmail.com.

8. 12. | 10.00 – 16.00 | Tanec pre

dušu ženy
YOGA SHALA | Prežijete spojenie so svojím telom a dušou pomocou tanečných techník a štýlov z rôznych oblastí sveta. Info: marcela@soulart.sk, 0905 937 735.

31. 12. | 19.00 | Silvester v Piane
PIANO CLUB | Kapela Hoja Duňda so speváčkou Denisou zahrajú hity od Elvise Presleyho cez Queen až po Pink. DJ Juraj Paška. Info: SMS 0905 278 785.

■ INÉ...

utorok | 17.00 – 20.15 | Klub

spoločenských hier
KC AKTIVITY | Stretnutie nadšencov spoločenských hier. Info: peterbiras@gmail.com.

2. 12. | 14.00 – 19.00 | Pečenie

vianočných oblátok
SAVANNA CAFÉ | Napečte si vlastné vianočné oblátky a prekvapte rodinu pri štedrovečernej večeri.

3. – 21. 12. | Burza kníh

VKMR JASELSKÁ | Ponuka pre milovníkov kníh a jedinečný spôsob, ako získať vyradenú literatúru z fondu knižnice za symbolický poplatok.

3. 12. | 18.00 | Zbjerali zme slífkaj

aj belički
GALÉRIA VÁŽKA | Pásmo rozprávania, veselých príbehov, pesničiek a originálneho humoru z myjavských kopaníc s vôňou slivovice.

5., 12., 19. 12. | 18.00 – 21.00 |

Hvezdáreň v Trenčíne
GYMNÁZIUM Ľ. ŠTÚRA | Pozorovanie objektov nočnej oblohy pomocou astronomických ďalekohľadov spojené s prednáškou. Info: www.hvezdaren.tnuni.sk.

6. 12. | 16.00 | Skleróza

multiplex – cvičenie
CENTRUM SENIOROV |

8. 12. | 10.00 – 17.00 | Vianoce

v galérii
GMAB | Prídte sa naladiť na sviatočnú vianočnú atmosféru do galérie, pozrite si aktuálne výstavy, ozdobte si medovníčky, vyrobte si vianočné ozdoby, brošne, zapojte sa do baterkovej prehliadky. Aj tento rok je pripravený Vianočný market, kde sa na vás budú tešiť šikovní ľudia z regiónu.

13. 12. | 16.30 – 18.30 | Barefoot

bazárik
KC STRED |

13. 12. | 14.30 | Skleróza

multiplex – klub Trenčín
CENTRUM SENIOROV |

14. – 15. 12. | Winter Market

PALACKÉHO 29 | Klasické vianočné trhy v modernejšom podaní. Okrem celodenného programu si môžete vychutnať výborné jedlo, nakúpiť krásne hand-made výrobky pre vás aj vašich blízkych k blížiacim sa vianočným sviatkom.

15. 12. | 13.00 – 18.30 | The

Paddock market
PADDOCK CAFÉ | 3. ročník zimného The Paddock marketu ponúkne lokálnych umelcov, u ktorých môžete nakúpiť originálne vianočné darčeky.

15. 12. | 7.00 – 12.00 | Burza

starožitností
EXPO CENTER | Expo starožitností, rôznymi zberateľskými predmetmi a zaujímavosťami.

KONTAKTY

CENTRUM PRE RODINU	Farská 12, 0910 686 078, www.cprtrencin.sk
CENTRUM SENIOROV	Osvienčimská 3
CVČ - CENTRUM VOĽNÉHO ČASU	Východná 9, 032/743 35 02
CINEMAX	OC MAX, Gen. M. R. Štefánika 426, www.cine-max.sk
FITNESS LION CENTER	Bavlnárska 320/15, 032/640 08 40
GALÉRIA VÁŽKA	Mierové námestie 19, 0915 382 532, motycka@microinvent.com
GEMINI CENTRUM	Mierové nám. 14/14, 0944 548 885, www.gemini-centrum.sk
GMAB Galéria M. A. Bazovského	Palackého 27, 032/743 68 58, www.gmab.sk
KAVIAREŇ NA CESTE	Katov dom, Matúšova ulica
KC AKTIVITY	Kyjevská 3183, 032/658 26 08, www.kcaktivita.sk
KC KUBRÁ	Kubranská 94, 0907 516 720, kckubra2@gmail.com
KC STRED	Ul. 28. októbra 2, 032/652 21 36
KC SIHOŤ	Opatovská 23, 0904 339 401, www.kcsihot.sk
KO ZLATOVCE	Hlavná ulica 10, 0904 920 306
KIC	Mierové námestie 9, 032/ 6504 709, 650 47 11, 650 47 12
Kultúrno-informačné centrum	
KINO HVIEZDA	Kn. Pribinu 3, hviezda@trencin.sk, 0902 911 480
KLUB LÚČ	Kn. Pribinu 3, 0903 027 910, www.klubluc.sk
KreaTivo	Gen. M. R. Štefánika 379/19, 0918 883 505
Ladies Eclub	Legionárska 7185/5, 0911 730 790, ladyeclub.sk
MC SRDIEČKO	Hviezdoslavova 6, 032/743 04 32, www.mcsrdiecko.sk
MC SRDIEČKO – KC STRED	Ul. 28. októbra 2, 032/743 04 32
MESTSKÁ ŠPORTOVÁ HALA	Mládežnícka ul., 032/743 63 36
NOVÁ VLNA	Kukučínova 718, budova NOE, areál Merina
OC LAUGARICIO	Belá 7271, 032/658 53 94, www.oclaugaricio.sk
OC MAX	Gen. M. R. Štefánika 426, 032/741 91 25
PIANO KLUB	Pod Sokolice 12, 0905 278 785, piano.mytootoot.com
PIARISTICKÝ KOSTOL	Mierové námestie 43
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16, 0960 333 815
SAVANNA CAFÉ	Rastislavova 1, 0910 999 222
ŠTÁTNY ARCHÍV	Kožušnícka 915/1, 032/651 74 10
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
VÝSTAVISKO EXPO CENTER	Pod Sokolice 43, www.expo-center.sk
YOGA SHALA	Osloboditeľov 667/1A, 0944 394 471, yogashala.sk
ZUŠ K. PÁDIVÉHO	Základná umelecká škola K. Pádívého, Nám. SNP 2