



MIRELE

16. 6. 2024 o 16.00
MIEROVÉ NÁMESTIE

MESTO TREŇČÍN



Kam v Trenčine jún 2024

■ DIVADLO

7. 6. | 18.30 – 21.00 | Divadlo J. Palárika v Trnave: Sluha dvoch pánov
HVIEZDA | Jedna z najpopulárnejších a najúspešnejších hier, ktorú uvádzajú divadlá po celom svete. Diváci sa okrem plejády zábavných postáv a situácií môžu tešiť aj na živý hudobný sprievod v podaní hercov. V úlohu sluhu Truffaldina sa predstaví obľúbený komik Peter Trník.

14. 6. | 10.30 | 19.00 | Mestské divadlo Trenčín: Muzikál Studňa lásky

TREŇČIANSKY HRAD | Príbeh plný napätia, túžby po moci, ale aj humoru a najmä lásky. Na Trenčianskom hrade väzni gróf Zápoľský krásnu Turkyňu Fatimu. Jej milý Omar sa ju snaží vyslobodiť, ale Fatimu sa pokúša získať aj brat tureckého sultána a obdivom ju zahŕňajú aj páni z hradu.

16. 6. | 17.30 | Terchovské národné divadlo: Luigiho srdce KS OPATOVÁ | Predstavenie v rámci Divadelnej Opatovej 2024.

17. 6. | 19.00 | Divadlo Aréna: Sklenený zverinec



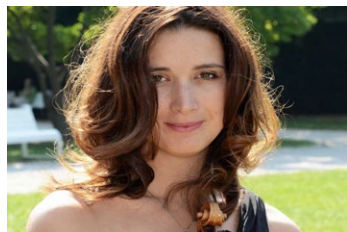
HVIEZDA | Čo teraz? Čo s nami bude? Čo naša budúcnosť? Rodinná dráma Tennesseeho Williama prináša dojímavý príbeh o matke a jej dvoch deťoch. V ťažkých sociálnych pomeroch preberá finančnú zodpovednosť za celú rodinu syn Tom, ktorý dennodenne drie v továrni na topánky, aby zabezpečil chod domácnosti a každú noc mohol slobodne snívať v kine. Jeden z najznámejších titulov svetovej drámy ponúkajúci hercom veľké charaktery a divákovi nevsedný umelecký i ľudský zážitok.

18. 6. | 19.00 | Rusalka POSÁDKOVÝ KLUB | „Rusalka nielen podľa Dvořáka“ alebo „Kto je starý Háta“? Čo sa stane, keď do prostredia s Vodníkom, Ježibabou, Princem i Rusalkou vstúpi Švanda dudák, obzvlášť, keď Princ už je trochu „vo veku“? Dvořáková opera sa stala inšpiráciou k ypsilonkej inscenácii na tému problematického sveta mytických postáv a komplikovaného sveta ľudí. Ypsilonká travestia slávnej opery. Hrajú: Martin Dejdar (Vodník), Jana Synková alebo Markéta Plánková (Ježibaba), Jiří Lábus (Princ) a ďalší.

■ KONCERTY

7. – 8. 6. | 42. ročník Trenčianskych folklórnych slávností
MNÍCHOVA LEHOTA | Vystúpenia vynikajúcich folklórnych kolektívov trenčianskeho regiónu, prezentácia remeselníkov s ukážkami a výsledkami tvorby, tanečná škola ľudových tancov.

9. 6. | 18.00 – 19.15 | Záverečný koncert sezóny KPVH



REFEKTÁR PIARISTICKÉHO GYMNAZIA | V záverečnom koncerte sezóny Klubu priateľov vážnej hudby v Trenčine sa predstaví vynikajúca huslička Jana Gubková Černá so známym klaviristom Ladislavom Fancovičom. Podrobnosti na www.kpvh.sk.

11. 6. | 18.00 | Lenka Filipová HVIEZDA | V rámci koncertného tour 2024 sa predstaví česká speváčka, gitaristka a hudobná skladateľka v jednej osobe Lenka Filipová so svojimi hosťami – hráčom na keltskej harfe, akordeóne a cajone – Senanom Barrym a klaviristom Járom Bárto.

12. 6. | 18.30 | Kráľovská opera: Carmen
CINEMAX TREŇČÍN | Úplne nová, oslnivá inscenácia Damiana Michieletta evokuje všetku vášeň Bizetovej klasiky o zvodnej dievčine a strete dvoch odlišných životov.

15. 6. | 20.00 | Lord of the Rings in Concert
POSÁDKOVÝ KLUB | Legendárny a fantastický svet hobitov a elfov oživa vďaka hudobno-vizuálnemu predstaveniu v podaní symfonického orchestra Lords of The Sound. Čaká vás veľkolepý koncert symfonického orchestra, zboru a sólistov.

21. 6. | 19.00 | Modré hory + Andy The Doorbum (USA)
KLUB LÚČ | Prapodivný pesničkár z Los Angeles sa vracia na Slovensko a znova pri tom budú aj Modré hory.

22. 6. | 15.00 | Ghost: Rite Here Rite Now
CINEMAX TREŇČÍN | Švédska heavymetalová skupina vtrhne do kín so svojim mystickým koncertom!

29. 6. | 10.00 – 18.00 | Hudba a spev korenie života
POSÁDKOVÝ KLUB | Prehliadka seniorských speváckych skupín. Program: 10.00

– 14.00 sprievod účinkujúcich z Mierového námestia do Posádkového klubu (ODA), 14.00 – 18.00 verejné vystúpenie v Posádkovom klube (ODA). Účinkujúci: Maníneec, Slnecnice, Myjavské heligónky, Prameň, Konopa, Seniorka, Úsmev, Ženská spevácka skupina z Priepravného, Vrabčiar, Tep-lanka, Zemplínski Harmonikári, Sihotiar.

2. 7. | 18.00 | Testament
KLUB LÚČ | Hudobno-poetický program, ktorý popularizačným spôsobom prezentuje súčasnú slovenskú básnickú tvorbu. V nevsednom autorskom hudobnom spracovaní oživa poézia trenčianskeho rodáka, kandidáta na Nobelovu cenu za literatúru Rudolfa Dobiáša, v podaní umelcov-krajanov a ich hostí.

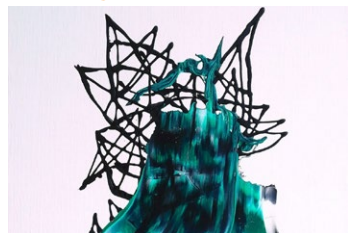
■ VÝSTAVY

1. – 28. 6. | Dni vylodenia v Normandii
POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Klub plastíkových modelárov.

3. – 21. 6. | Výstava detskej keramiky
POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava spojená s celoročnou súťažou o putovný pohár CVČ.

3. – 30. 6. | Dotyky s umením
POSÁDKOVÝ KLUB | Výstava absolventských prác a výtvarných prác žiakov školy.

6. 6. – 3. 7. | Branislav Kristín: Maľba a graфика



HVIEZDA | Výstava, ktorá útočí na všetky zmysly. Autor vystavuje veľkoformátové experimentálne grafiky s názvom Kva.gri, nadrozmerne gestické a štruktúrne maľby a ďalšie vizuálne prekvapenia.

Do 7. 6. | Jozef Baus: Periférne videnie
NOVÁ VLNA | Výstavou autor naznačuje, že vďaka periférnemu videniu môžeme spozorovať to, na čo sa primárne nesústreďujeme a je mimo centra nášho videnia. Vo výseku svojho zorného poľa približuje v podobe obrazu nielen to, čo vidia naše oči, ale aj to, čo sa asi deje mimo obrazu.

Do 7. 6. | ŠUP: Výstava maturitných prác
KIC | Študenti maturitného ročníka Školy umeleckého priemyslu v Trenčine vystavujú svoje absolventské práce v odbore Digitálna maľba – Koncept Art.

■ NEDAJTE SI UJŠŤ

9. – 14. 6. | ORA ET ARS 2024



AREÁL MALEJ A VEĽKEJ SKALKY | 17. ročník Medzinárodného výtvarno-literárneho sympózia.

16. 6. | 16.00 | Festival židovskej kultúry – Mirele
MIEROVÉ NÁMESTIE | Kde sa stretáva židovská a arabská hudba... Účinkuje Miriam Segal s kapelou, Nórsko.

22. 6. | 9.30 – 17.30 | Korzo Palackého



ULICA PALACKÉHO TREŇČÍN | Ako by vyzerala Palackého ulica bez áut? Zažite to na vlastné oči! Trenčín 2026 a Trenčín na korze vás pozývajú na moderný mestský trh s bohatým sprievodným programom pre deti aj dospelých na ulici otvorenej pre ľudí.

23. 6. | 11.00 | Hviezdy deťom ŠTADIÓN NA SIHOTI | 16. ročník charitatívneho podujatia. Deti si počas podujatia môžu vychutnať obľúbený festival športov, kde si vyskúšajú hokej, florbal, hádzanú, bedminton, basketbal, ale i rôzne paralympijské športy.

28. a 29. 6. | 21.15 | Príbeh z Trenčína 2024



ATLETICKÝ OVÁL PRI HRÁDZI, TREŇČÍN | Pokračovanie Príbehov z Trenčína priniesie návštevníkom príbeh o Krasojazdkyni Kláre.

■ NEDAJTE SI UJŠŤ

Do 31. 8. | Po stopách dávnych Rimanov – detská pátracia hra



MIEROVÉ NÁMESTIE | Prejdite si s deťmi trasu, hľadajte nápovede a odhalte 12 historických momentov, ktoré prežili Trenčania počas 1800 rokov. Hrací plán si môžete vyzdvihnúť v Kultúrno-informačnom centre, v Mestskej veži alebo si ho stiahnuť na stránke visit.trencin.sk.

Vstupenky už v predaji v KIC Trenčín:

11. – 13. 7. | Pohoda 2024 LETISKO TRENČÍN | Dvadsať šiesty ročník medzinárodného multizánrového open-air festivalu.

18. 8. | 20.00 | Tublatanka na hrade



TRENČIANSKY HRAD | Open air koncert v amfiteátri Trenčianskeho hradu.

20. 8. | 20.00 | Queen – Symphonic Tribute Show



TRENČIANSKY HRAD | Nechajte sa uniesť na vlne nezabudnuteľného zážitku, ktorý vás zavedie do éry snád najväčšej rockovej kapely všetkých čias – Queen! Ladislav Korbela, finalista The Voice CZ a jeden z najžiadanejších českých spevákov v oblasti (nielen) muzikálov, sa postará o nezabudnuteľnú interpretáciu Freddieho. Za ním budú stáť muzikanti z Queen tribute kapely Queenmania a vyše 30 symfonikov z Prague Festival Symphony pod vedením slávneho dirigenta Petra Chromčáka, ktorý má za sebou desiatky angažmán po celej Európe. Prídte a staňte sa súčasťou tejto jedinečnej udalosti, ktorá vás vtiahne do sveta ikonických hitov, ktoré oslavujú nezameniteľný hlas Freddieho Mercuryho a jedinečného zvukového prejavu Queen. Živý symfonický orchester vytvorí veľkolepý hudobný sprievod a umocní emócie, ktoré Queen zanechali v srdciach fanúšikov po celom svete.

Do 7. 6. | ŠUP: Výstava maturitných prác

MESTSKÁ VEŽA | Študenti maturitného ročníka Školy umeleckého priemyslu v Trenčíne vystavujú svoje absolventské práce v odbore Scénické výtvarníctvo – kostýmová tvorba.

11. – 27. 6. | Tomáš Školník: Pocta šampiónovi – Peter Sagan



Mesto Trenčín a autor vás pozývajú na výstavu fotografií

KIC | Tomáš Školník je fotograf so zameraním na športové dokumentárnu fotografiu. Od roku 2016 až po súčasnosť navštívil mnoho cyklistických pretekov – doma aj v zahraničí, na ktorých sa zúčastnil aj slovenský pretekár Peter Sagan. V roku 2020 uskutočnil prvú výstavu fotografií so zameraním na cyklistiku vo Francúzskom pokúsiť sa prostredníctvom fotografie priblížiť nielen nadšencom cyklistiky, ale aj ostatnej širokej verejnosti dianie na najznámejších a najvýznamnejších pretekoch profesionálnej cyklistiky, akými sú napríklad majstrovstvá sveta v cestnej cyklistike, monumentálna klasika Paríž – Roubaix, etapové preteky Tour de France alebo preteky Okolo Slovenska. Na sprostredkovanie celkovej atmosféry na špičkových cyklistických podujatiach ukazuje na fotografiách aj emócie fanúšikov a krásu lokalít, kadiaľ vedie trasa tých-ktorých pretekov. Primárnym cieľom jeho objektívu je zachytiť v akcii jedného z najúspešnejších a najobľúbenejších cyklistov všetkých čias – nášho Peťa Sagana.

11. 6. – 14. 7. | Barbara Issa Wagner: Krajina nehy



MESTSKÁ VEŽA | Malba Barbary Issa Wagner je vedená experimentom a analýzou vlastných dotykov so svetom v jeho pravdivej podobe, a to i za cenu, že niektoré dotyky so skutočnosťou sú bolestivé a obrazu ako výtvarnému názoru poskytujú iba záblesk hľadaného námetu. Všetko je dobré, len keď to vyjadruje teplo života, pravdu a nádej na obyčajné ľudské šťastie. Tvorba, ako metamorfóza na povab, ako prerod reality na poéziu mladej ženy s jej vášňou, precitlivosťou, snami i zraniteľnou fantáziou. Doterajšie dielo mladej maliarky, vzácné svojim raným videním sveta, neopotrebované gestami a alegóriami spoločenskej „nevynutnosti“, vytvára „čisté“ obrazy, i keď veľakrát smutné svojou naliehavosťou a netrpezlivosťou. Jakub Plátner (2002).

11. 6. – 31. 7. | Jaroslav Matejček: Tancovali kvety
DENNÉ CENTRUM SIHOŤ | Výstava fotografií.

20. 6. – 7. 9. | 55 + 5 z 5
GMAB | Akvizície od 60 autorov z prvých piatich rokov GMAB. Výstava predstaví

zbierkotvornú činnosť galérie za prvých 5 rokov jej existencie (1968 – 1973). I keď galéria oficiálne vznikla vo februári 1969, už koncom roka 1968 nadobudla prvých 43 diel. Celkovo do konca roka 1973 inštitúcia nahromadila vyše 1500 obrazov, plastík, grafík, kresieb a fotografií, pričom najväčšie zastúpenie patrí, pochopiteľne, Milošovi Alexandrovi Bazovskému – 1020 diel. Depozit galérie disponuje množstvom kvalitných autorov celoslovenského i regionálneho významu. Cieľom tejto výstavy nie je však prezentovať najlepšie a najkvalitnejšie práce, ale skôr predstaviť akvizíciu činnosť galérie v kontexte doby a dať priestor aj dielam, ktoré od svojho začlenenia do majetku galérie neboli ešte nikdy vystavené.

Do 28. 6. | Ivo Veliký – filatelistická výstava
POSÁDKOVÝ KLUB | Velikáni slovenskej literatúry na poštových známkach.

Do 30. 6. | Krojované bábiky
TRENČIANSKY HRAD | Výstava bábik v tradičnom ľudovom odevu doplnená o vzácne kroje zo zbierok Trenčianskeho múzea v Trenčíne.

■ DETI

pondelok, streda, piatok | Tanečná škola Aura dance
KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca pre deti a mládež od 5 rokov do 18 rokov. Info: 0908 731 125.

pondelok, streda | 16.15 – 17.15 | Neonity Dance
KC AKTIVITY | Pre deti vo veku štyri až sedem rokov. Info: 0915 101 051.

utorok, štvrtok | Korzo dance
KC AKTIVITY | Tanečná škola moderného tanca SZUŠ Trenčín pre deti a mládež od 3 – 20 rokov. Info: 0903 793 557.

streda | 10.00 | Riekankovo
MC SRDIEČKO | Mamička a dieťa sa pri spoločnej hre učia aj riekanky.

streda | 15.30 – 16.30 | Keramické patlámo s lvetkou
KC AKTIVITY | Pre deti od 2 rokov v sprievode jedného z rodičov. Info a prihlasovanie: keramika@kcaktivty.sk.

streda | 16.30 | FS Krajanka
KC AKTIVITY | Folklórny tanečný súbor pre deti od 3 rokov. Info: 0902 660 901, minarikovajana13587@gmail.com.

štvrtok | 16.00 – 17.00 | Happy Kiddo – rozvoj osobnosti detí hravo

ŠTÚDIO NEW YOU | Učíme deti zamerať pozornosť správnym smerom. Vďaka tomu sú pokojnejšie, šťastnejšie, vyrovnanjšie a sebavedomejšie. Zlepšujú sa v škole. Zvládajú svoje emócie bez toho, aby ich potlačali. Kontakt: 0905 393 872, mail: bea@newyou.sk, www.newyou.sk.

piatok | 16.00 – 18.00 | streda | 17.00 – 18.00 | Skauting na Juhu
KC AKTIVITY | Nábor nových detí – Schôdzky detí a mládeže 32. skautského zboru Ale Vivo. Info a prihlasovanie: 0902 568 401, 32.zbor.alevivo@gmail.com

1. – 28. 6. | Tancujúce tigriky – detská tanečná škola
TANCUJÚCE TIGRIKY | Pre najmenšie deti vo veku 1,5 – 6 rokov. Pútavá hravá forma výučby tancovaním na obľúbené detské pesničky a s krásnymi pomôckami a rekvizitami. Prihlasovanie a rozvrh: www.tancujucetigriky.sk.

1. – 30. 6. | LEGO kurzy v KreaTivo

KREATIVO | Pre deti od 3 – 12 rokov. Bližšie info: kreativotrencin@gmail.com, 0918 883 505. Vopred potrebná rezervácia. V centre KreaTivo je možné usporiadať aj detské narodeninové oslavy a stráženie detí – veková kategória 4 – 12 rokov. Termín podľa dohody.

6. 6. | 16.30 – 17.30 | Zaži galériu
GMAB | Zažite spolu s deťmi galériu. Prečo takto maliar maloval? Čo znamená tá socha? Spoločná prehliadka doplnená úlohami a malým tvorením priamo vo výstavných priestoroch. Pre deti do 8 rokov v sprievode rodičov.

8. 6. | 10.00 – 17.00 | Legio Bestia – rímski legionári na hrade



TRENČIANSKY HRAD | Trenčiansky hrad sa počas vikendov prenesie v čase do dávnych čias, kedy na naše územie prichádzali rímske légie a realizovali tu vojenské ťaženia. Z tohto obdobia pochádza aj slávny rímsky nápis na trenčianskej skale. Návštevníci budú môcť vidieť rekonštrukciu rímskeho tábora v zmenšenej forme a život v ňom. Budú mať možnosť do tábora nazrieť, vypočuť si jeho komentovanú prehliadku a prednášky na rôzne témy súvisiace s týmto obdobím a tiež vidieť ukážku dobových remesiel, nácviky formácií a súbojov.

8. 6. | CYKLO DIVOČINY



BREZINA TRENČÍN | II. kolo detských cyklopretekov pre všetkých malých milovníkov cyklistiky vo veku od 0 – 13 rokov. Pretekať sa bude v disciplíne XC – cross country.

11. 6. | 16.30 – 18.30 | Letný galaprogram Tancujúcich tigričov

PIANO CLUB | Záverečné vystúpenia všetkých detí z trenčianskej tanečnej školy Tancujúce tigriky.

11. 6. | 17.00 | Smejko a Tanculienka – Zaber a makaj!
POSÁDKOVÝ KLUB | Smejko, Tanculienka aj Huncúlik sa v novom predstavení Zaber a makaj! rozhodnú urobiť niečo pre svoje zdravie. A tak sa všetci traja dohodnú, že začnú pociťovať cvičiť. Všetci traja...teda okrem Smejka.

13., 27. 6. | 9.30 – 11.30 | Galerikovo

GMAB | Veselé tvorivé stretnutie pre deti do 5 rokov a ich rodičov.

■ SENIORI

utorok | 15.45 – 17.45 | Spevokol JDS

KC AKTIVITY | Info: 0905 141 587.

utorok | 18.00 – 19.00 | Cvičenie pre seniorov

KC AKTIVITY | Jednoduchšie posilňovacie a rehabilitačné cviky. Info: 0911 137 692.

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: 032/770 83 14.

11., 25. 6. | 9.00 – 11.30 | Ateliér pre seniorov

GMAB | Rôzne témy a techniky prepojené s vystavenými dielami.

11. 6. | 13.30 | Slávnostné ukončenie školského roka XXXVII. ročníka Akadémie tretieho veku

TSK | Program: Báseň. Privítanie, predstavenie hostí. Slávnostné ukončenie XXXVII. roč. ATV – RNDr. Janka Gugová, predsedníčka Rady ATV. Vyhodnotenie vzdelávania ATV v šk. roku 2023/2024 – Anna Pindáková, 1. podpredsedníčka Rady ATV. Príhovory hostí. Odovzdávanie Osvedčení a Ocenení ATV. Informačná ročenka XXXVII. ročníka ATV – uvedenie do života. Kultúrny program. Záver.

14. 6. | 15.00 – 18.00 | Klub dôchodcov – JDS č. 30

KC AKTIVITY | Klubové stretnutie seniorov. Info: 0948 198 591.

■ PREDNÁŠKY**10. 6. | 16.00 | Mílniky vo vývine reči**

MC SRDIEČKO | Pre deti vo veku do 6 rokov, prednášajúca Mgr. Katarína Eliášová, klinický logopéd.

11. 6. | 10.00 – 11.30 | Benediktíni a Skalka (1224-2024)

VKMR – HASIČSKÁ | Kultúrno-historický seminár s podtitulom „OKNO do histórie X“. Podujatie je organizované v rámci medzinárodného výtvarno-literárneho sympózia Ora et Ars 2024.

12. 6. | 16.30 – 18.00 | Človek ako kvantový generátor

VKMR – HASIČSKÁ | Prednáška Dalibora Stacha – českého režiséra, spisovateľa, maliara, scenáristu a fotografa, ktorý prežil dve klinické smrti. Táto skúsenosť ovplyvnila jeho obrazy, knihy aj filmy.

18. 6. | 10.00 – 11.00 | Vlado Kulíšek: Krasojazdkyňa Klára

VKMR – JASELSKÁ | Prezentácia novej trenčianskej legendy z pera Vlada Kulíška spojená s vyhodnotením 60. ročníka motivačnej medžiškolskej a medzitriednej súťaže žiakov ZŠ v Trenčíne „Čítajme všetci, čítanie je super“. Súčasťou podujatia je tlačová beseda k pripravovanému nočnému open-air podujatiu v uliciach Trenčína.

20. 6. | 55. výročie Trenčianskej numizmatiky

POSÁDKOVÝ KLUB | Prípravuje: Klub numizmatikov.

20. 6. | 16.00 – 17.00 | Pravá psychoterapia

VKMR – HASIČSKÁ | Diskusia s odborníkmi na podporu duševného zdravia na tému „Pravá psychoterapia (Čo je odborná pomoc verus Nástrahy liečiteľstva)“.

22. 6. | 11.00 | Komentovaná prehliadka výstavy 55 + 5 z 5

GMAB | Spoločná prehliadka výstavy „55+5 z 5“ s jej kurátorkou Luciou Moškovou.

■ KURZY**utorok | 17.00 – 20.00 |****Keramický klub s Markétou**

KC AKTIVITY | Pre všetkých nadšencov keramiky od 13 rokov. Prihlasovanie: keramika@kcaktivita.sk 0902 403 717.

utorok | 18.00 – 19.00 | Chi Kung – elixír dlhovekosti, krásy a vitality

NEW YOU ŠTÚDIO | Objav vlastnú cestu k dlhovekosti, pokoju tela a mysle, zlepši svoju postavu a nájdí hlbokú relaxáciu v každom pohybe. Prihlásenie: 0905 393 872, mail: bea@newyou.sk, www.newyou.sk

streda | 14.15 – 19.00 | Angličtina pre deti

KC AKTIVITY | Jazykové kurzy anglického jazyka s lektorkou Mgr. Luciou Plevovou pre žiakov od 6 do 18 rokov. Info a prihlasovanie: 0908 677 103.

7. 6. | 9.00 | Kurz masáže bábätiak

MC SRDIEČKO | Ucelený kurz pre rodičov.

7. 6. | 17.00 | Výroba prírodného olejového parfému z esenciálnych olejov

KAVIAREŇ ČILI&ČIN'ČIN | Workshop, kde si vyrobíte osobný parfém, ktorý bude vašou inšpiráciou, jedinečnou charakteristikou a povznášajúcim elementom. Info: 0908 990 460.

8. 6. | 15.30 | Perfektný obraz v súčasnom štýle – MEDIUM

KAVIAREŇ ČILI&ČIN'ČIN | Namaľujte si s nami pastelovú vedutu z tropického mesta. Príďte sa uvoľniť a zrelaxovať, nebude chýbať ani pohárik prosecca a skvelá atmosféra.

8. 6. | 16.00 – 18.00 | Sebaobrana pre ženy

KC AKTIVITY | Povedz jasné NIE povýšeckému a agresívnemu správaniu. Potrebné prihlásenie. Info a prihlasovanie: chovancova@moderni-sebaobrana.cz 0949 352 815.

9. 6. | 17.00 – 20.00 | Kurzy tradičných remesiel – Drôtovanie

KD ZLATOVCE | Kurz je vhodný pre dospelých – začiatočníkov a mládež. Budete sa venovať technike základného opletania hlineného krčahu zajačím pleťvom. Viac informácií a prihlasovanie: www.nebojsaresmesla.sk.

14. 6. | 17.00 | Výroba aróma difuzéra

KAVIAREŇ ČILI&ČIN'ČIN | Interaktívny workshop, kde budete mať možnosť vytvoriť si vlastnú osobnú vôňu a vyrobiť si úplne unikátny aróma difuzér. Info: cilicincin@gmail.com.

19. 6. | 18.00 – 20.00 | Rozvod – premena traumy na splnený sen

NEW YOU ŠTÚDIO | Príďte a zistíte, ako môže byť rozvod začiatkom nového, naplneného života, kde sa vaše sny stávajú skutočnosťou. Spoločne preskúmame, ako premeniť bolesť na silu, ako si stanovíte nové ciele a vytvoriť cestu k životu, ktorý ste si vždy priali.

20. 6. | 16.00 | Aromaterapia pre deti, jej vplyv na zdravie a psychiku

MC SRDIEČKO | Voňavé stretnutie s aromaterapeutkou Zuzkou – Mellisou. Sami si vyrobíte svoj voňavý oleječek. Informácie a prihlasovanie: 0904 909 435 alebo mc@mc srdiecko.sk.

21. 6. | 17.00 | Výroba mydla metódou „met and pour“

KAVIAREŇ ČILI&ČIN'ČIN | Workshop výroby mydla metódou „met and pour“, kde sa naučíte základy tejto zábavnej a kreatívnej činnosti!

25. 6. | 16.00 – 18.30 | Večerný ateliér pre dospelých

GMAB | Tvorivé stretnutia pre všetkých priaznivcov výtvarného umenia.

■ ŠPORT**pondelok | 15.30 – 16.30 | Joga krok po kroku**

ELEKTRICNÁ 334 | Základné jogové pozície. Prihlásenie: majdapekna@zpramena.sk, 0908 455 859.

pondelok | 16.30 – 17.45 | Jemné cvičenie s relaxáciou

SOKOLOVNÁ | Pre ženy každého veku precvičenie celého tela s následným uvoľnením mysle. Prihlásenie: 0910 196 456, tanceprerados@gmail.com.

pondelok, štvrtok | 17.00 – 18.30 | Sokolská všestrannosť deti (3 – 7 rokov)

SOKOLOVNÁ | Základom pohybových aktivít detí a žiakov je gymnastika, atletika, cvičenia na trampolíne, hry a súťaže. Info: 0908 720 164, www.sokoltrencin.sk.

pondelok | 17.15 – 18.45 | Flow joga v štúdiu Váš Guru zdravia

ELEKTRICNÁ 334 | Lekcia jogy založená na princípe vinyasa flow. Info: 0905 530 610, www.sokoltrencin.sk.

pondelok | 17.45 – 19.15 | Joga s Jožkom

KC AKTIVITY | Joga rozvíja telesné a duševné zdravie a je to učenie, ako žiť v miere sám so sebou a okolitým svetom. Info a prihlasovanie: 0905 649 815.

pondelok | 18.15 – 19.15 | SM Systém

KC AKTIVITY | Cvičenie proti malému odporu, ktorý vytvára elastické lano vyvinuté MUDr. Smeškom. Info: 0905 705 431.

pondelok | 18.30 – 19.30 | Kruhový tréning pre ženy

SOKOLOVNÁ | Cvičenie na posilnenie celého tela, rozvoj kondície a sily. Info: 0905 530 610, www.sokoltrencin.sk.

pondelok, štvrtok | 18.30 – 19.30 | Zdravotná gymnastika pre seniorov

SOKOLOVNÁ | Cvičenia na posilnenie chrbtového, brušného a panvového svalstva. Info: 0905 530 610, www.sokoltrencin.sk.

pondelok, štvrtok | 19.00 – 20.00 | Kalanetika pre ženy

SOKOLOVNÁ | Osvedčený postup cvičenia na spevnenie všetkých svalových partií tela. Info: 0905 531 442, www.sokoltrencin.sk.

utorok | 17.30 – 19.00 | Joga v dnešnom živote

SOKOLOVNÁ | Telesné, dychové aj duševné cvičenia. Info: 0905 530 610.

■ NEDAJTE SI UJŠŤ**14. 10. | 18.00 | Mlčeti zlato**

POSÁDKOVÝ KLUB | Gaspard a Clémence sú ešte relatívne mladí seniori s veľmi slušným dôchodkom. Žijú v krásnom byte a až na občasné drobné prekážky, ktoré sú výrazom ich temperamentu, je všetko, ako má byť. Ich syn Lucas sa oženil s krásnou Manon a majú spolu malého syna Roberta, ktorého z času na čas starí rodičia strážia. To všetko však až do času, kedy pred rodičmi Lucasa dôjde k prudej hádke medzi Lucasom a Manon. Manon má totiž milenca a odchádza s ním na dovolenku. Učinkujú: Dana Morávková, Jan Čenský, Robert Hájek / František Skopal, Dominika Býmová / Ivana Korolová / Karolína Vágnerová.

10. 10. | 19.00 | Queenshow

POSÁDKOVÝ KLUB | Slovenská Queenshow je jediná Queen tribute kapela na svete, ktorá na svojich vystúpeniach používa v takom rozsahu dobové či dokonca rovnaké nástroje, aké používal na koncertoch pôvodný Queen. Od roku 2024 so skupinou hráva a spolupracuje taliansky hudobník Marco Giuseppe Di Marco, ktorý je vo „svete Queen“ známy ako brilantný gitarista nezameniteľnej a jedinečnej techniky hry Briana Maya. V novom obsadení predstavia takmer dvojhodinový koncertný program nabitý tými najväčšími hitmi legendárnej britskej skupiny QUEEN.

■ ZÁPASY**8. 6. | 8.00 – 19.00 | Florbal MSR MP**

ARENA OSTROV | Majstrovstvá Slovenska vo florbale mladšej prípravky.

9. 6. | 9.00 – 16.00 | Florbal MSR MP

ARENA OSTROV | Majstrovstvá Slovenska vo florbale mladšej prípravky.

15. 6. | 8.00 – 16.00 | Florbal TFL

ARENA OSTROV | Florbalové zápasy Trenčianskej florbalovej ligy.

16. 6. | 8.00 – 15.00 | Badminton GP BU 13

ARENA OSTROV | Bedmintonový turnaj Grand Prix BU 13.

22. 6. | 8.00 – 18.00 | Badminton GPB 19 a 13

ARENA OSTROV | Bedmintonový turnaj Grand Prix 19 a 13.

utorok | 18.45 – 19.45 | štvrtok | 19.00 – 20.00 | Bodywork
KC AKTIVITY | Kondičné, vytrvalostné a posilňovacie cvičenie. Info a prihlasovanie: 0905 468 638, annatrckova@gmail.com.

streda | 16.00 – 18.00 | Kurz pre tehotné
MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Príprava na pôrod a materstvo. Stretnutia s laktačnou poradkyňou a pôrodnou asistentkou v pobočke MC Srdiečko.

pondelok, streda | 17.45 – 18.45 | Zumba
KS OPATOVÁ | Tanečná fitness hodina plná energie, skvelej hudby a dobrej nálady. Info: 0903 949 966, zumba-trencin.sk.

štvrtok | 14.00 – 15.00 | Joga (nielen) pre seniorov
DC SIHOŤ | Veľmi jemná joga. Prihlasovanie a info: 0908 455 859.

štvrtok | 17.45 – 18.45 | pondelok | 19.00 – 20.00 | Strong
KS OPATOVÁ | Tréning s váhou vlastného tela. Info: 0903 949 966, zumba-trencin.sk. Facebook: ZUMBA Peťa Trenčín.

štvrtok | 18.00 – 20.00 | Capoeira
KC AKTIVITY | Brazílske bojové umenie spojené s akrobáciou, hudbou a tancom. Info: tomas.y2k@gmail.com, 0903 860 349.

štvrtok | 18.00 – 19.15 | Joga v dennom živote
KC AKTIVITY | Info: 0903 271 444.

štvrtok | 18.00 – 19.00 | utorok | 17.30 – 19.30 | Pilates
KC AKTIVITY | Cvičenie zamerané na hlboký svalový systém, podporu krížovej chrbtice a laterálne hrudné dýchanie. Prihlasovanie: www.pilatestn.mypage.cz 0905 705 431.

štvrtok | 18.30 – 19.30 | Cvičenie s overballom pre ženy
SOKOLOVNÁ | Pomocou overballu sa výborne formuje postava, spevňuje svalstvo a zlepšuje sa držanie tela. Info: 0905 530 610, www.sokolotrencin.sk.

štvrtok | 19.15 – 20.15 | Meditujeme – skupinové meditácie
NEW YOU ŠTÚDIO | Vstup do oázy harmónie a relaxácie, kde sa starosti a napätie rozplynú. Nechaj sa unášať zvukmi a vôňami vedenej meditácie a objav krásu vnútorného pokoja. Prihlásenie: 0905 393 872, bea@newyou.sk, www.newyou.sk.

štvrtok | 19.30 – 20.30 | Basketbal pre dospelých
SOKOLOVNÁ | Info: 0905 323 381, www.sokolotrencin.sk.

piatok | 19.00 – 20.00 | streda | 19.30 – 20.30 | pondelok | 19.30 – 20.30 | Cvičenie pre ženy s Vladom
KC AKTIVITY | Cvičenie pre ženy zamerané na posilňovacie cviky v intervalovom cvičení s fázami odpočinku. Info: 0903 793 557.

sobota | 8.00 – 9.00 | Jemná joga v štúdiu Váš guru zdravia
ELEKTRIČNÁ 334/11, TRENČÍN | Harmonizácia tela, ducha i mysle prostredníctvom jednoduchých jogových pozícií, dychových cvičení i meditácie. Info a prihlasovanie: https://www.majdapekna.sk/Rozvrh.aspx

12. 6. | 16.30 – 17.30 | RUN4FOREST
MESTSKÁ PLÁŽ PRI BASTA GRILL NA OSTROVE

V TRENČÍNE | Cieľom projektu je pomoc a podpora obnovy zelene v lesoch a v parkoch tým, že za každého zapojeného účastníka sa vysadí jeden stromček. Info na: 0911 886 007.

15. 6. | 9.00 – 20.00 | Žufferer Cup 2024
NA OSTROVE 241, TRENČÍN – ZAMAROVCE | Jeden z najväčších tenisových exhibičných turnajov na Slovensku, ktorého hlavnou myšlienkou je spájať športovcov a osobnosti s fanúšikmi aj mimo sezóny a zároveň výťažkami z podujatia finančne podporiť mladé športové talenty a pomôcť deťom zo sociálne slabších rodín. Po vyhodnotení turnaja nasleduje afterpaty s Cico Band a Reném Rendym.

18. 6. | 16.00 – 19.00 | Maratón pohybu
CVČ | Príďte si posilniť zdravie pohybom a zoznámiť sa s novými ľuďmi so spoločným záujmom o pohyb. Strávte čas v príjemnej atmosfére cvičením jogy, kruhového tréningu, energy latino dance a zumbou. Info na: cvctn.edupage.org/ pre verejnosť a 0911 886 007.

22. – 23. 6. | 3x3 Basketball Tour Trenčín
3X3 IHRISKO PRI STAROM ŽELEZNIČNOM MOSTE V TRENČÍNE | Športové podujatie, určené pre rodiny s deťmi, organizované basketbalovým klubom 3x3 Basketball Trenčín. Predstavujú sa deti v kategóriách U12 Mix, U18 a aj muži.

22. 6. | 9.00 – 21.00 | Paddle cup



OSTROV, TRENČÍN | Nová tradícia v Trenčíne na Váhu. Cieľom je osloviť aj nováčikov na vode, spájať ľudí a vytvárať priateľstvá. Paddle cup je o zážitku a dobrej atmosfére a v takom duchu je poskladaný aj program pre návštevníkov. Viac info https://www.paddlecup.sk/

22. 6. | 9.30 | 23. 6. | 9.00 | Trenčianska regata 2022
LODENICA KK TTS PRI ŽELEZNIČNOM MOSTE | 66. ročník pretekov v rýchlostnej kanoistike. Viac na www.lodenicatrencin.sk.

29. 6. | 8.00 – 17.00 | Trenčiansky Ypsilon 2024
AREÁL AUTOCAMPING ATC OSTROV | Tradičné preteky dračích lodí Trenčiansky Ypsilon – 8. ročník.

30. 6. | 10.00 – 13.00 | Outrigger CUP 2024
AREÁL AUTOCAMPING OSTROV | Otvorené pre všetky vekové kategórie, ženy, muži.

FESTIVALY

14. – 16. 6. | Car at Festival
LETISKO TRENČÍN | 6. ročník najväčšieho motoristického festivalu na Slovensku. Info a predpredaj lístkov na https://www.caratfestival.sk.

15. 6. | 13.00 – 23.00 | Sunfestival
FUTBALOVÉ IHRISKO TRENČIANSKE JASTRABIE | Usporiadaním SunFestivalu Open Air privítame tak po 5 rokoch opäť skupinu Kollárovcov a svoj exkluzívny koncert pod holým nebom odkoncertuje Patrik

RYTMUS Vrbovský, ktorý do nášho regiónu zavíta vôbec po prvýkrát. Po vystúpeniach bude nasledovať afterpaty so známym DJ Milanom Lieskovským a DJ Markusom.

15. 6. | 13.30 – 20.30 | Víno pod hradom 2024
MIEROVÉ NÁMESTIE | Festival, ktorý spája fantastické víno, dobré jedlo a hudbu.

22. 6. | 12.00 | FestArt 2024
PODCHOD POD CHYNORANSKOU ŽELEZNICOU, TRENČÍN | Malovanie umeleckých diel v podchode pod Chynoranskou železnicou, koncerty a tanečná zábava. Viac na www.festart.sk.

TANEC

pondelok | 17.45 – 18.45 | Tance pre radosť
SOKOLOVNÁ | Kolektívne a kruhové tance. Prihlásenie: 0910 196 456.

14. 6. | 15.30 | Letný galaprogram TK AURA
MIEROVÉ NÁMESTIE | Tanečné vystúpenia.

24. 6. | 16.30 | Záverečný program TS Goonies
MIEROVÉ NÁMESTIE | Tanečné vystúpenia.

INÉ...

utorok | 10.00 – 12.00 | Podporná skupina mamičiek v dojčení
MC SRDIEČKO | Otázky v oblasti dojčenia, starostlivosti o bábätko a materstva.

7. 6. | 15.30 | Tehotenská strata
MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Stretnutie žien, ktoré prišli o dieťaťko počas tehotenstva.

7. 6. | 19.00 – 22.30 | Noc kostolov na Skalke
SKALKA | Chválový večer skupiny Lamačské chvály o 19.00 hod. v areáli kláštora Veľká Skalka. V prípade nepriaznivej počasia sa podujatie bude konať v Diecéznej svätyni Malá Skalka.

8. 6. | 9.00 | Kukanova 10
TRENČÍN | Turisticko-pivný pochod. Miesto konania: Trenčín, parkovisko na Mládežníckej ulici, lesopark Brezina pri hoteli Veverica. Viac info: www.kukanovadesina.szm.com.

12. 6. | 10.00 | Podporná skupina rodičov
MC SRDIEČKO | Nosenie v nosiacich pomôckach v MC Srdiečko.

14., 28. 6. | 10.00 | Stretnutie mamičiek so staršími deťmi, ktoré sa dojčia
MC SRDIEČKO |

19. 6. | 18.00 | Kvíz Ďalej!
HVIEZDA | Moderovaná zábavná kvízová show s Ludwigom Baginom a Lacom Laurinčíkom. Kvíz prinesie 100 otázok z rôznych oblastí, ku ktorým vám moderátori dávajú vtipné a rafinované nápovede.

20. 6. | 15.00 | Spoločenské posedenie KVV
POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Klub vojenských veteránov.

KONTAKTY

CVČ – CENTRUM VOLNÉHO ČASU TRENČÍN	Východná ul. 9, 032/ 743 35 02, 0911 886 007, cvctn@cvctn.sk
CINEMAX TRENČÍN – OC MAX	Gen. M. R. Štefánika 426, www.cine-max.sk
DENNÉ CENTRUM SIHOŤ	Osvienčimská 1720/3, dcsihot@trencin.sk, 0901 714 266
Kaviareň Čili & Čin Čin	Braneckého 14, 0908 990 460, cilicincin@gmail.com
KD Zlatovce	Hlavná ulica 10, 0904 920 306
KIC Kultúrno-informačné centrum	Mierové námestie 9, www.visit.trencin.sk, 032/650 47 09
KLUB LÚČ	Mierové nám. 19, 0903 027 910, www.klubluc.sk
KS Opatová	Opatovská 96, ksopatova@gmail.com
KKC HVIEZDA – Kultúrno-kreatívne centrum Hviezda	Kniežaťa Pribinu 197/3, hviezda@trencin.sk, www.hviezda.eu
KREATIVO	Gen. M. R. Štefánika 372/9, 0918 883 505, www.kreativotn.sk
KC Aktivity	Kyjevská 3183, info@kcaktivita.sk, www.kcaktivita.com
MC SRDIEČKO	Hviezdoslavova 6, 0904 909 435, mc@mcsrdiecko.sk
MC SRDIEČKO – pobočka	OD Družba, Soblahovská 1508/4, 0904 909 435, mc@mcsrdiecko.sk
MESTSKÁ VEŽA	Sládkovičova 4, www.visit.trencin.sk, 032/ 16 186
PIANO CLUB	Pod Sokolice 12, 0904 819 090, www.pianoclub.sk
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16, 0960 333 803, www.domarmady.sk
SOKOLOVNÁ	Mládežnícka 2, 032/743 42 01, sokoltrencin@gmail.com
ŠTÚDIO NEW YOU	Bezručova 64, 0905 393 872, info@beataliptakova.sk
KDaM TIGRIKY – PO QUEENS	Pred Poľom 9, Trenčín, 0903 783 724, www.tancujucetigriky.sk
Trenčiansky hrad	Matúšova 75/19, 032/743 56 57, www.muzeumtn.sk
TSK – TRENČIANSKY SAMOSPRÁVNÝ KRAJ	K dolnej stanici 7282/20A, 032 / 6555 111, www.tsk.sk
VKMR Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčíne	Ulice Jaselská a Hasičská 1, 032/770 83 00, www.vkmr.sk
VKMR Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčíne	Ulice Jaselská a Hasičská 1, 032/770 83 00, www.vkmr.sk