

Zajęcia Stałe w Miejskim Ośrodku Kultury Jastrzębie- Zdrój w sezonie 2021/2022

MIEJSKI OŚRODEK KULTURY SALA TAŃCA I ĆWICZEŃ

Al. Piłsudskiego 27, 44-335 Jastrzębie-Zdrój

Tel. 324717924,324731012,fax 324718980,

sekretariat@mok.jastrzebie.pl

instruktorzy@mok.jastrzebie.pl

mok.jastrzebie.pl

FIZJOAKTYWITI AEROBIK dla młodzieży od 15 lat i dla dorosłych

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.09.2021 r. GODZINA 19.00

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Izabela Marczyńska

Karnet I (wrzesień –styczeń) 260 zł, Karnet II (luty-czerwiec) 260 zł

Opłata miesięczna 65zł

Zajęcia odbywają się we wtorki od 19.00 do 20.00 i piątki od 17.30 do 18.30

ZDROWY KRĘGOSŁUP dla dorosłych

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 01.09.2021 r. GODZINA 18.00

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Weronika Szpilka

Karnet I (wrzesień –styczeń) 260 zł, Karnet II (luty-czerwiec) 260 zł

Opłata miesięczna 65 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki od 18.00 do 19.00 i środy od 18.00 do 19.00

SALSATION dla młodzieży od 16 lat i dorosłych

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 01.09.2021 r. GODZINA 19.30

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Weronika Szpilka

Karnet I (wrzesień –styczeń) 260 zł, Karnet II (luty-czerwiec) 260 zł

Opłata miesięczna 65 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki od 19.30 do 20.30 i środy od 19.30 do 20.30

STUDIUM RYSUNKU I GRAFIKI dla młodzieży od 15 lat i dla dorosłych

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 05.10.2021 r. GODZINA 16.30

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Piotr Bąk

Karnet I (październik-styczeń) 300 zł Karnet II (luty –czerwiec) 375 zł

Opłata miesięczna – 80 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki od 16.30 do 19.30

TAI-CHI dla dorosłych, grupa początkująca

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.10.2021 r. GODZINA 16.00

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor : Jolanta Gisman-Stoch

Karnet I (październik-styczeń) 180 zł Karnet II (luty -czerwiec) 220 zł

Opłata miesięczna 55 zł

Zajęcia odbywają się we czwartki od 16.00 do 17.30

TAI-CHI dla dorosłych, grupa zaawansowana

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.10.2021 r. GODZINA 17.50

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor : Jolanta Gisman-Stoch

Karnet I (październik-styczeń) 180 zł Karnet II (luty -czerwiec)220 zł

Opłata miesięczna 55 zł

Zajęcia odbywają się we czwartki od 17.50 do 19.20

MIEJSKI OŚRODEK KULTURY KLUB KAKTUS

ul. Katowicka 24, 44-335 Jastrzębie-Zdrój

tel. 324712353

klub.kaktus@mok.jastrzebie.pl

sekretariat@mok.jastrzebie.pl

mok.jastrzebie.pl

NAUKA TAŃCA TOWARZYSKIEGO dla dzieci 7-12 lat

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.09.2021 r. GODZ. 16:00

Instruktor: Małgorzata Chylińska

Karnet za 5 miesięcy 160 zł

Opłata miesięczna 40 zł

Zajęcia odbywają się we wtorki od 15.45 do 17.00

NAUKA TAŃCA TOWARZYSKIEGO SHOW dance 10-15 lat - grupa turniejowa

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.09.2021 r. GODZ. 16.30

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Tomasz Tuszyński

Karnet za 5 miesięcy 200 zł

Opłata miesięczna 50 zł

Zajęcia odbywają się we wtorki od 16.30 do 17.45

NAUKA TAŃCA TOWARZYSKIEGO dla dorosłych - grupa dla początkujących

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.09.2021 r. GODZ. 19.15

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Tomasz Tuszyński

Karnet za 5 miesięcy 300 zł

Opłata miesięczna 70 zł

Zajęcia odbywają się we wtorki od 19.15 do 20.30

LADIES LATINO dla młodzieży i dorosłych

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.09.2021 r. GODZ.18.00

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

instruktor: Tomasz Tuszyński

karnet za 5 miesięcy 200 zł

opłata miesięczna 50 zł

Zajęcia odbywają się we wtorki od 18.00 do 19.00

AEROBIC dla młodzieży pow. 15 lat i dorosłych
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.09.2021 r. GODZ.17.30
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Izabela Marczyńska

Karnet za 5 miesięcy 300 zł

Opłata miesięczna 70 zł

Zajęcia odbywają się we wtorki od 17.30 do 18.30 i czwartki od 17.45 do 18.45

GRY BITEWNE dla młodzieży i dorosłych
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 01.09.2021 r. GODZ.15.00
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

ul. Krakowska 1

instruktor: Rafał Kłujso

Karnet za 5 miesięcy 80 zł

Opłata miesięczna 20 zł

Zajęcia odbywają się w środy od 15.00 do 19.00

ZUMBA dla młodzieży i dorosłych
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 06.09.2021 r. GODZ.18.15 GR. I
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Anna Niedźwiedź

Karnet za 5 miesięcy 300 zł

Opłata miesięczna 70 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki od 18.15 do 19.15 i środy od 18.00 do 19.00

ZUMBA dla młodzieży i dorosłych
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 06.09.2021 r. GODZ.19.30 GR.II
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Anna Niedźwiedź

Karnet za 5 miesięcy 300 zł

Opłata miesięczna 70 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki od 19.30 do 20.30 i środy od 19.15 do 20.15

MODELARNIA SKLEJANIE MODELI PLASTIKOWYCH I ŻYWCZYNYCH dla dzieci, młodzieży i dorosłych
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 02.09.2021 r. GODZ.16.00
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

ul. Krakowska 1

instruktor: Rafał Kłujso

Karnet za 5 miesięcy 80 zł

Opłata miesięczna 20 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki i czwartki od 16.00 do 19.00

ZAJĘCIA TANECZNO - RUCHOWE dla dzieci od 9 do 15 lat grupa zaawansowana
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 09.09.2021 r.GODZ.16.00 I GRUPA
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Instruktor: Julia Kopacz

Karnet za 5 miesięcy 200 zł

Opłata miesięczna 50 zł

Zajęcia odbywają się we czwartki od 16.00 do 17.30

**ZAJĘCIA TANECZNO - RUCHOWE dla dzieci od 9 do 15 lat grupa zaawansowana
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 09.09.2021 r. GODZ.17.30 II GRUPA
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI**

Instruktor: Julia Kopacz

Karnet za 5 miesięcy 200 zł

Opłata miesięczna 50 zł

Zajęcia odbywają się we czwartki od 17.30 do 19.00

**NAUKA GRY NA KEYBOARDZIE dla dzieci i młodzieży od 6 do 16 lat
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 03.09.2021 r. GODZ.17.00
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI**

Instruktor: mgr Waldemar Halfar

Karnet za 5 miesięcy 360 zł

Opłata miesięczna 85 zł

**NAUKA TAŃCA WSPÓŁCZESNEGO Z ELEMENTAMI AKROBATYKI
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 03.09.2021 r. GODZ.15.30 GRUPA I dzieci 5-7 lat
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI**

Instruktor: Oliwia Kulawik

Karnet za 5 miesięcy 150 zł

Opłata miesięczna 40 zł

Zajęcia odbywają się w piątki od 15.30 do 16.30

**NAUKA TAŃCA WSPÓŁCZESNEGO Z ELEMENTAMI AKROBATYKI
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 03.09.2021 r. GODZ.16.30 GRUPA II dzieci 8-11 lat
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI**

Instruktor: Oliwia Kulawik

Karnet za 5 miesięcy 150 zł

Opłata miesięczna 40 zł

Zajęcia odbywają się w piątki od 16.30 do 17.45

**NAUKA TAŃCA WSPÓŁCZESNEGO Z ELEMENTAMI AKROBATYKI
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 03.09.2021 r. GODZ.17.45 GRUPA III młodzież 11-14 lat
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI**

Instruktor: Oliwia Kulawik

Karnet za 5 miesięcy 150 zł

Opłata miesięczna 40 zł

Zajęcia odbywają się w piątki od 17.45 do 19.00

**NAUKA TAŃCA WSPÓŁCZESNEGO Z ELEMENTAMI AKROBATYKI
SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 03.09.2021 r. GODZ.17.45 GRUPA IV młodzież pow. 14 lat
POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI**

Instruktor: Oliwia Kulawik

Karnet za 5 miesięcy 150 zł

Opłata miesięczna 40 zł

Zajęcia odbywają się w piątki od 19.00 do 20.15

UKULELE - GITARA HAWAJSKA pow. 7 lat

Instruktor: Łukasz Sowa

karnet za 5 miesięcy 200 zł

Opłata miesięczna 50 zł

WIĘCEJ INFORMACJI W KLUBIE „KAKTUS”

POD NUMEREM TEL. 32 47 12 353, W GODZINACH 8:00- 16:00

ZAJĘCIA TANECZNO - RUCHOWE dla dzieci od 4 do 6 lat

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 06.09.2021 r. GODZ.16.00

Instruktor: Julia Kopacz

Karnet za 5 miesięcy 200 zł

Opłata miesięczna 50 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki od 15.00 do 16.00

ZAJĘCIA TANECZNO - RUCHOWE dla dzieci od 5 do 8 lat

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 06.09.2021 GODZ.16.30

Instruktor: Julia Kopacz

Karnet za 5 miesięcy 200 zł

Opłata miesięczna 50 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki od 16.00 do 17.00

ZAJĘCIA TANECZNO - RUCHOWE dla dzieci od 4 do 8 lat uczęszczających w poprzednim roku

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 06.09.2021 GODZ.17.00

Instruktor: Julia Kopacz

Karnet za 5 miesięcy 200 zł

Opłata miesięczna 50 zł

Zajęcia odbywają się w poniedziałki od 17.00 do 18.00 oraz 18.00 do 19.00

MIEJSKI OŚRODEK KULTURY KLUB METRONOM

ul. Opolska paw. 722, Jastrzębie-Zdrój

Tel. 324711765

klub.metronom@mok.jastrzebie.pl

mok.jastrzebie.pl

WARSZTATY WOKALNE dla dzieci i młodzieży od 7 do 17 lat

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 07.09.2021 r. GODZ. 16.30,

POŁĄCZONE Z KRÓTKIMI PRZESŁUCHANIAMI NOWYCH UCZESTNIKÓW

(o przydzieleniu uczestników do poszczególnych grup, decyduje instruktor na spotkaniu

organizacyjnym)

Instruktor: Patrycja Sobierańska

Opłata miesięczna 60 zł

Karnet za 5 miesięcy (od września do stycznia i od lutego do czerwca) 240zł

Zajęcia odbywają się we wtorki od 15.00

SPOTKANIA KLUBU 55+ DLA OSÓB POWYŻEJ 55 LAT

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 09.09.2021 r. GODZ. 17.00

POŁĄCZONE Z PIERWSZYMI ZAJĘCIAMI

Spotkania są bezpłatne

Spotkania odbywają się we czwartki od 17.00 do 20.00

PRÓBY ZESPOŁÓW MUZYCZNYCH dla młodzieży od 17 lat i dorosłych

Opłata miesięczna 60 zł od zespołu

Jednorazowe wejście trwające 2 godz. 20 zł

Próby odbywają się w poniedziałki, środy i piątki od 15.00 do 17.00 i od 17.30 do 19.30

MIEJSKI OŚRODEK KULTURY DOM ZDROJOWY

ul. Witczaka 5, 44-335 Jastrzębie-Zdrój

Tel. 324763151, fax 324762980

domzdrojowy@mok.jastrzebie.pl

domzdrojowy2@mok.jastrzebie.pl

www.mok.jastrzebie.pl

TANIEC IRLANDZKI ZESPÓŁ CAILINS od 7 lat

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 2 WRZEŚNIA 2021

Instruktor: Kamila Walasek

Karnet za 5 miesięcy 250 zł

Wtorek i czwartek

I grupa 17.00 – 18.00

II grupa 18.00 – 19.00

III grupa 19.00 – 20.00

ZESPÓŁ TEATRALNY ZŁOTA GĘŚ od 7 lat i dla młodzieży

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 6 WRZEŚNIA 2021

Instruktor: Dorota Bosowska

Karnet za 5 miesięcy 100 zł

Grupa młodsza, poniedziałek 17.00 – 19.00

Grupa starsza, środa 17.00 – 19.00

PRACOWNIA PLASTYCZNA

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 3 WRZEŚNIA 2021

Instruktor: Małgorzata Patek

grupa 7-10 lat

Karnet za 5 miesięcy 130 zł

Jednorazowy udział w zajęciach 10 zł

Poniedziałek 16.00 – 17.00

grupa 11-15 lat

Karnet za 5 miesięcy 160 zł

Jednorazowy udział w zajęciach 12 zł

Poniedziałek 17.00 – 18.30

grupa od 16 lat +

Karnet za 5 miesięcy 160 zł

Jednorazowy udział w zajęciach 15 zł

grupa plastyczno - ceramiczna

Karnet za 5 miesięcy 160 zł

Jednorazowy udział w zajęciach 15 zł

Środa godz. 17.00 - 18.30

PRACOWNIA PLASTYCZNA

SPOTKANIE ORGANIZACYJNE 3 WRZEŚNIA 2021

Instruktor: Renata Dziadek

grupa 7-10 lat

Karnet za 5 miesięcy 130 zł

Jednorazowy udział w zajęciach 10 zł

wtorek 16.00 - 17.00

grupa 11-15 lat

Karnet za 5 miesięcy 160 zł

Jednorazowy udział w zajęciach 12 zł

wtorek 17.00 - 18.30

grupa od 16 lat +

Karnet za 5 miesięcy 160 zł

Jednorazowy udział w zajęciach 15 zł

grupa plastyczno - ceramiczna

Karnet za 5 miesięcy 160 zł

Jednorazowy udział w zajęciach 15 zł

Środa godz. 17.00 - 18.30

NAUKA GRY NA GITARZE KLASYCZNEJ I ELEKTRYCZNEJ od 7 lat

ZAPISY OD 1 WRZEŚNIA NR TELEFONU: 502022838

Zajęcia w dwuosobowych grupach (60 minut) raz w tygodniu.

Instruktor: Szymon Borkowski

Koszt zajęć - 120 zł za miesiąc

Karnet 550 zł za 5 miesięcy