

NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY
al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków

BILETY I INFORMACJE

Biuro Organizacji Widowni
tel. 12 644 02 66 wew. 55
rezerwacja@nck.krakow.pl
nck.krakow.pl



SZALONE DISCO – zajęcia taneczne dla dzieci 7-12 lat

5-30 sierpnia (pon., śr. i pt.), g. 16.00-17.30 sala C-2
Energetyczne potężenie nauki tańca, zabawy i rekreacji.
prowadzenie: **Katarzyna Trynka-Ropa**
jednorazowa wejściówka: 25 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10, artystyczny@nck.krakow.pl

TAŃCZ RAZEM Z NAMI

wakacyjny kurs tańca towarzyskiego dla młodzieży i dorosłych
2-25 lipca (wt. i czw.), g. 19.00-20.30 sala 204
Program popularnych tańców standardowych i latynoamerykańskich w wersji użytkowej dla początkujących.
prowadzenie: **Renata Zając**
koszt kursu: 300 zł
jednorazowa wejściówka: 45 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10, artystyczny@nck.krakow.pl

GORĄCE LATO W RYTMIE KUBAŃSKIEJ SALSY

warsztaty taneczne dla młodzieży i dorosłych
26-30 sierpnia (pn.-pt.), g. 19.00-20.30 sala C-4
W programie szalone kubańskie rytmy, Rueda de Casino, merengue, bachata, elementy tańców latynoamerykańskich.
prowadzenie: **Marcin Sottys**
jednorazowa wejściówka: 35 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10, artystyczny@nck.krakow.pl

WAKACJE Z AKROBACYKĄ – zajęcia sportowo-akrobatyczne

1-31 lipca (pon., śr. i pt.) sala 211
g. 16.00-17.00 – dzieci 5-7 lat
g. 17.00-18.00 – grupa podstawowa 8-12 lat
g. 18.00-19.00 – grupa zaawansowana 8-12 lat
1-31 lipca (pon. i śr.), g. 20.15-21.30 – młodzież i dorośli
Trening ogólnorozwojowy i zdobywanie sprawności fizycznej oraz dobra zabawa.
prowadzenie: **Łukasz Buczek**
jednorazowa wejściówka: 25 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10, artystyczny@nck.krakow.pl

KALISTENIKA – zajęcia dla dzieci, młodzieży i dorosłych

1-31 lipca (pon., śr. i pt.), g. 19.00-20.15 sala 211
Trening siłowy opierający się na wykorzystaniu własnej masy ciała jako ciężaru. Stopniowy rozwój ogólnej sprawności ciała poprzez wykonywanie coraz trudniejszych ćwiczeń.
prowadzenie: **Łukasz Buczek**
jednorazowa wejściówka: 25 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10, artystyczny@nck.krakow.pl

W ZDROWYM CIELE – ZDROWY DUCH

Wakacyjne trenowanie formy. Gimnastyka dla wszystkich, bez względu na wiek, płeć i umiejętności. Dynamiczne potężenie fitnessu i tańców latynoamerykańskich.

COCKTAIL DANCE

1 lipca-26 sierpnia (pon.), g. 18.00 sala C-2
prowadzenie: **Ewelina Tutka**

ZUMBA

3 lipca-28 sierpnia (śr.), g. 19.00 sala C-2
prowadzenie: **Katarzyna Lichnowska**

LABLAST

1 lipca-26 sierpnia (pon.), g. 19.00 sala C-2
prowadzenie: **Katarzyna Lichnowska**

DANCE & SHAPE

3 lipca-28 sierpnia (śr.), g. 18.00 sala C-2
prowadzenie: **Agata Fatyga**

AEROBIK

2-18 lipca (wt. i czw.), g. 19.00 sala 206
20-29 sierpnia (wtorki i czwartki), g. 19.00
prowadzenie: **Anna Kurzydło**

PILATES

2-18 lipca (wt. i czw.), g. 18.00 sala 206
1-17 lipca (pon. i śr.), g. 9.00
20-29 sierpnia (wt. i czw.), g. 18.00
19-28 sierpnia (pon. i śr.), g. 9.00
prowadzenie: **Anna Kurzydło**
jednorazowa wejściówka: 40 zł
karnet miesięczny: 100 zł
karnet open: 150 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10, artystyczny@nck.krakow.pl

GIMNASTYKA SENIORÓW 60+

2 lipca-29 sierpnia (wt. i czw.), g. 9.00 i 10.00 sala 206
prowadzenie: **Aneta Zatorowska**
karnet miesięczny: 50-100 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10, artystyczny@nck.krakow.pl

Na zajęcia obowiązują zapisy. Warunkiem rozpoczęcia poszczególnych zajęć jest utworzenie grupy.

 **Kraków**



nck.krakow.pl

NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY • INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



lato w mieście
2024

**IN
FOR
MA
TOR**

NH FEST // LATO W MIEŚCIE 2024

Wiele atrakcji dla wszystkich tych, którzy spędzać będą wakacje w Krakowie i okolicach. Dla najmłodszych, starszych i całkiem dorosłych. Odbędą się twórcze warsztaty i zajęcia z różnych dziedzin – taniec, muzyka, plastyka, sport i rekreacja.

GRAFIKA – warsztaty dla dzieci

1-26 lipca, g. 12.00-13.30 oraz 13.30-15.00 sala 115
Tematy zajęć:

- 1 lipca** (pon.) „Drukujemy zielniki” – odbitki roślinne
- 5 lipca** (pt.) „Drukujemy na koszulkach i torbach” – druk wypukły
- 8 lipca** (pon.) „Stwory, potwory, hybrydy” – technika kolażu i suchej igły
- 12 lipca** (pt.) „Portret” – technika monotypii
- 19 lipca** (pt.) „Martwa natura” – technika wklęstodruku
- 26 lipca** (pt.) „Czarny kot, biały kot” – linoryt

prowadzenie: **Marta Wakuła-Mac**
jednorazowa wejściówka: 30 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 25, galeria@nck.krakow.pl

GRAFIKA – warsztaty dla młodzieży i dorosłych

1-26 lipca, g. 16.30-19.30 sala 115
Tematy zajęć:

- 1 lipca** (pon.) – odbitki roślinne
- 5 lipca** (pt.) – linoryt, druk na torbach lnianych
- 8 lipca** (pon.) – technika suchej igły na pleksi
- 12 lipca** (pt.) – technika monotypii
- 19 lipca** (pt.) – technika suchej igły
- 26 lipca** (pt.) – technika linorytu

prowadzenie: **Marta Wakuła-Mac**
jednorazowa wejściówka: 50 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 25, galeria@nck.krakow.pl

PLASTYKA – warsztaty dla dzieci

3-31 lipca (środy), g. 13.30-15.00, 15.00-16.30 sala 012
W programie zajęcia z rysunku i malarstwa.
Tematy zajęć:

- 3 lipca** „Moje ulubione zwierzę” – mozaika barwna, malarstwo
- 10 lipca** „Rysunek zabytkowej kamienicy” – ujęcie ze światłocieniem, rysunek ołówkiem
- 17 lipca** „Portret konia” – rysunek węglem
- 24 lipca** „Pejzaż z pszczołą” – akwarela, malarstwo
- 31 lipca** „Alegoria lata” – portret kobiety, rysunek, collage

prowadzenie: **Bożena Szuflita**
jednorazowa wejściówka: 30 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 25, galeria@nck.krakow.pl



CERAMIKA – warsztaty dla dzieci

15, 22, 29 lipca (pon.), g. 10.00-11.00, 11.30-12.30 sala 012
15 lipca „Z łąki na glinę” – motywy roślinne, ceramiczna forma ozdobna lub użytkowa

22 lipca „Ptaki”, forma rzeźbiarska
29 lipca „Portret – autoportret”, rzeźba w glinie
prowadzenie: **Barbara Zgoda**
jednorazowa wejściówka: 30 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 25, galeria@nck.krakow.pl

CERAMIKA „Z łąki na glinę – motywy roślinne” warsztaty dla dorosłych

16, 18, 25 lipca (wt., czw.), g. 16.00-18.00 sala 012
Tworzenie ceramicznych form ozdobnych lub użytkowych z motywem roślinnym, które zostaną wypalone na biskwit i ozdobione kolorowymi szkliwami.
prowadzenie: **Barbara Zgoda**

koszt warsztatów: 180 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 25, galeria@nck.krakow.pl

RYSunEK I MALARSTWO – warsztaty dla młodzieży i dorosłych

2, 3 i 4 lipca (wt., śr., czw.), g. 16.30-20.30 sala 115
28 i 29 sierpnia (śr., czw.), g. 16.30-20.30
Program warsztatów obejmuje studium martwej natury w technikach rysunkowych oraz wyjście w plener w okolicy NCK.
prowadzenie: **Robert Bubel**

jednorazowa wejściówka: 50 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 25, galeria@nck.krakow.pl

KLUB MALARZY ATELIER

zajęcia malarskie dla dorosłych i seniorów
3-31 lipca (środy), g. 9.00-13.00 sala 012
prowadzenie: **Bożena Szuflita**

jednorazowa wejściówka: 30 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 25, galeria@nck.krakow.pl

NOWOHUCKI UNIwersYTET DzieCI Wydział Ochrony Środowiska „Zielona ramka na zdjęcia – kompozycje z mchu chrobotka” warsztaty plenerowe

3 lipca (środa), g. 11.30 plener/006
Spotkanie będzie poprzedzone spacerem po urokliwych łąkach Nowohuckich, podczas którego dzieci dowiedzą się więcej o bioróżnorodności i znaczeniu poszczególnych gatunków roślin oraz zbiorą próbki ziół i kwiatów, które później wykorzystają w warsztatowej pracy.

jednorazowa wejściówka: 40 zł

NOWOHUCKI UNIwersYTET DzieCI Wydział Ochrony Środowiska „Warsztaty o owadach – stwórz owada w trójwymiarze!” warsztaty plenerowe

10 lipca (środa), g. 11.30 plener/006
Piknikowe warsztaty pozwolą poznać bliżej fascynujący świat insektów i wykazać się wyobraźnią podczas tworzenia własnych małych arcydzieł.

jednorazowa wejściówka: 40 zł

ROBLOX – warsztaty tworzenia gier online dla dzieci 10-12 lat 1-12 lipca, 15-26 lipca, 29 lipca-9 sierpnia, 12-24 sierpnia (pon., śr., pt.)

Dwutygodniowy kurs tworzenia i udostępniania gier w środowisku Roblox, podczas którego uczestnicy poznają różnorodne techniki i narzędzia, takie jak projektowanie poziomów, skryptowanie, animacja postaci i wiele innych, co pozwoli im na stworzenie własnych, unikalnych światów gier.

koszt kursu: 600 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 36, edukacja@nck.krakow.pl

WAKACYJNY KURS KROJU I SZYCIA – poziom podstawowy

2-25 lipca (wtorki, czwartki), g. 17.00-20.00 sala 006
W programie kursu: podstawy szycia, spódnica tuba, t-shirt, sukienka dresowa.
prowadzenie: **Daria Rusek**

koszt kursu: 350 zł (28 godzin)
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 36, edukacja@nck.krakow.pl

WAKACYJNY KURS PRZERÓBEK KRAWIECKICH dla zaawansowanych

3-26 lipca (środy i piątki), g. 17.00-20.00 sala 006
Na zajęciach poznamy sposoby skutecznego i możliwie najszybszego dokonywania poprawek krawieckich – poszerzania, zwężania, skracania nogawek czy rękawów – na własnych materiałach.
prowadzenie: **Daria Rusek**

koszt kursu: 350 zł (28 godzin)
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 36, edukacja@nck.krakow.pl



KLUB SUPER MAMA

SENSORYKA DLA SMYKA

zajęcia sensoryczne dla dzieci od 12 miesiąca do 3 roku

2-30 lipca (wtorki), g. 9.30 i 10.30 sala 208
Rodzice i opiekunowie poznają w jaki sposób prawidłowo stymulować wszystkie zmysły maluszka poprzez proste aktywności i zabawę.
prowadzenie: **Katarzyna Wróbel**
jednorazowa wejściówka: 1 zł

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 36, edukacja@nck.krakow.pl

ETNO-BOBO – spotkanie z folklorem – zajęcia dla dzieci 1-3 lat

4 lipca (czw.), g. 10.00 „W góralskiej kuchni” sala 208
11 lipca (czw.), g. 10.00 „W rytm góralskiej muzyki, czyli taniec dla małych stóp”

Dzieci za pomocą zabawy z gestem, słowem, muzyką i ruchem będą poznawać świat wszystkimi zmysłami. Usłyszą ludowe wierszyki, kotysanki, rymowanki, piosenki, zatańczą w rytm muzyki, poznają symbole oraz regionalne warzywa i owoce.
prowadzenie: **Anna Krauzowicz**

jednorazowa wejściówka: 1 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 36, edukacja@nck.krakow.pl

FITNESS Z MALUSZKIEM – wózkowe fit mamusie

2-30 lipca (wt.-czw.), g. 11.00 plener lub sala 206
Zajęcia dla mam z dziećmi w wieku od 3 miesiąca do 1,5 roku. Gimnastyka ma charakter aerobowy, wzmacniający i rozciągający. Maluszek bierze udział w ćwiczeniach albo dzielnie towarzyszy mamie śpiąc w wózku lub na macie.

prowadzenie: **Aneta Zatorowska**
jednorazowa wejściówka: 1 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 36, edukacja@nck.krakow.pl

JOGA DLA KOBIET W CIĄŻY

2-30 lipca (wtorki), g. 12.00 sala 206
Ćwiczenia specjalnie wybrane i dopasowane do potrzeb i możliwości przyszłych mam. Zajęcia dla kobiet od II trymestru ciąży.
prowadzenie: **Anna Wotos**

jednorazowa wejściówka: 1 zł
informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 36, edukacja@nck.krakow.pl