



Kraków

sezon  
2024/25  
**OFERTA**



**dla  
dzieci**

nck.krakow.pl

NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY • INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



nowohuckie  
centrum  
kultury

### Zespół Pieśni i Tańca NOWA HUTA – grupy dziecięce

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 15

Grupy tworzą dzieci w wieku przedszkolnym oraz ze szkół podstawowych. Nowa Huta w swoim repertuarze posiada pieśni i tańce różnych regionów kraju. Poprzez taniec i śpiew oraz bogactwo twórczych działań i doznań estetycznych, zespół rozwija u dzieci sprawność i wrażliwość artystyczną, wiążąc proces rozwoju fizycznego z poznaniem kultury narodowej. Zespół regularnie uczestniczy w wielu znaczących festiwalach i konkursach, zarówno w kraju, jak i poza jego granicami.

**kierownik zespołu:** Adam Śliwa

**kierownictwo artystyczne zespołu:** Sabina Szybka

**przygotowanie taneczne zespołu:** Agnieszka Topór

**przygotowanie wokalne zespołu:** Andrzej Cebulak

**akompaniament:** Krystyna Stala

**przygotowanie strojów:** Izabela Nowak

### Dziecięcy Zespół Góralski MALI HAMERNICY

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Członkami Małych Hamerników są dzieci i młodzież w wieku 5-15 lat. W swoim bogatym repertuarze zespół posiada pieśni i tańce prezentujące w autentycznej formie folklor Skalnego Podhala. W trakcie ponad trzydziestu lat działalności Mali Hamernicy dali ponad siedemset koncertów w kraju i za granicą, zdobywając liczne nagrody na festiwalach folklorystycznych.

**kierownictwo artystyczne:** Anna i Kazimierz Lassakowie



## Grupa Baletowa ETIUDA

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa powstała w 2010 r. Podczas zajęć młodzi tancerze ćwiczą technikę barre au sol, podstawy tańca klasycznego i jazzowego, rozwijają świadomość ciała, dynamikę ruchu i ekspresję. Zespół bierze udział w licznych konkursach choreograficznych, koncertach i festiwalach. Dorobek zespołu stanowią spektakle baletowe: „Anioły latają nisko” 2012, „Nieboskłon” 2013, „Urzekająca Panna Młoda” 2014, „Peregrino” 2015, „Schody do nieba” 2016, „Dwa światy” 2018, „Alicja w Krainie Czarów” 2019, „Suita kosmiczna” 2021, „Impresje” 2022, „Rytm życia” 2023 i „Marzyciel” 2024.

**instruktorka:** Katarzyna Stolarczyk-Skoczylas

## Grupa Hip-Hop GOOD VIBES

nowość w NCK!

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Tancerze należący do grupy uczą się i doskonalą kolejne układy taneczne w stylu hip-hop, koncentrując się na charakterystycznym dla tego stylu tańca poruszaniu i zabawie rytmem. Wspólne treningi uczą współpracy w grupie, systematyczności i przygotowują do występów na scenie, a także rozwijają wszystkie cechy motoryczne: wytrzymałość, gibkość, zwinność, skoczność i szybkość. Grupę dziecięcą tworzą tancerze w wieku 9-12 lat.

**instruktorka:** Patrycja Bańbuła

## Mały Teatr Ruchu

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 20

Mały Teatr Ruchu to wyjątkowa propozycja zakładająca pracę artystyczną z dziećmi w wieku 4-12 lat, bazująca na tańcu, ruchu i teatrze. Podstawowymi założeniami projektu są: wprowadzanie dzieci w świat sztuki performatywnej, zaznajomienie ich z tajnikami pracy scenicznej oraz kreatywny rozwój. Program zajęć obejmuje m.in. rozwijanie umiejętności z zakresu różnych technik tanecznych, rytmiki oraz wyrazu scenicznego. Dzieci pracują w stałych grupach (4-5, 6-8, 9-12 lat), regularnie dwa razy w tygodniu, a pod koniec roku przygotowują wraz z pedagogką pokaz dla rodziny, bliskich i znajomych.

**instruktorka:** Anna Chmiel-Kowalska

### Akademia Tańca BAJLANDIA

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Warsztaty taneczne dla dzieci w wieku 4-7 lat, w którym uczestnicy stają się aktorami i opowiadają bajki tańcem. Formuła zajęć rozwija wyobraźnię i percepcję, a także wspaniale integruje w grupie rówieśniczej. Program artystyczny w formie zabawy muzycznej z udziałem bajkowych bohaterów i oparty na różnorodnych rytmach tanecznych, prezentowany podczas pokazów dla publiczności gwarantuje niezapomniane przeżycia.

**instruktorka:** Joanna Jania

### Baletowa zerówka

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia przeznaczone dla dzieci w wieku 5-10 lat. W programie: ćwiczenia modelujące i kształtujące prawidłową postawę ciała, nauka podstawowych pozycji stóp i rąk, elementy pantomimy oraz zabawy muzyczne.

**instruktorka:** Katarzyna Stolarczyk-Skoczylas

### Break Dance

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Widowiskowa technika taneczna z dużą ilością elementów siłowo-sprawnościowych oraz kroków wykonywanych w „parterze”. Taniec ten narodził się w latach 70. XX wieku na nowojorskim Bronksie i jest jednym z nieodłącznych elementów kultury hip-hopowej.

**instruktor:** Dawid Dec „Decó”



## Cheerleaders

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Pełne energii i uśmiechu zajęcia taneczno-ruchowe z użyciem pomponów, łączące w sobie elementy tańca, ćwiczeń rozciągających oraz akrobacji, które kształtują poczucie rytmu, koordynację, gibkość i skoczność. W trakcie zajęć uczestnicy uczą się prostych, dynamicznych układów tanecznych, wykonywanych do muzycznych hitów.

**instruktorka:** Patrycja Bańbuła

## Disco

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia taneczne dla dzieci szkół podstawowych, obejmujące najnowsze trendy w tańcu nowoczesnym, zabawy muzyczno-ruchowe, elementy gimnastyki oraz dużo dobrej zabawy.

**instruktorka:** Katarzyna Trynka-Ropa

## Hip-Hop

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Hip-hop jest stylem tańca pełnym ekspresji i dynamiki. Rozwijają wszystkie cechy motoryczne: wytrzymałość, gibkość, zwinność, skoczność, szybkość. Jest tańcem dynamicznym, operującym takimi formami ruchu jak: waving (fale), popping (napinanie mięśni), locking. Zajęcia przeznaczone dla dzieci od 9. roku życia.

**instruktorka:** Patrycja Bańbuła

## Taneczna Akademia Malucha

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia taneczne dla przedszkolaków w wieku 4-6 lat. Nauka różnych stylów tanecznych poprzez zabawę. Dzieci poznają proste kroki i układy choreograficzne, przez co uczą się orientacji w przestrzeni, ćwiczą koordynację oraz pamięć ruchową. Zajęcia rozwijają poczucie rytmu, gibkość, sprawność oraz uczą współdziałania w grupie.

**instruktorka:** Zuzanna Wajda



## Dźwiękolandia

---

**informacje i zapisy:** 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia muzyczno-ruchowe dla 2 i 3-latków wraz z opiekunem. Poprzez naukę piosenek, grę na prostych instrumentach, naśladowanie różnego rodzaju dźwięków oraz zabawy pantomimiczne, dzieci uczą się słuchania, rozumienia i tworzenia muzyki, a także poruszania w jej rytmie. Zajęcia rozwijają wrażliwość na otaczający dziecko świat dźwięków i stanowią doskonały wstęp dla późniejszej edukacji muzycznej, a obecność opiekuna wpływa na poczucie bezpieczeństwa.

**instruktorka:** Ewa Nazim-Zygadło

## Muzyczny Klub Przedszkolaka

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia edukacyjne adresowane do dzieci w wieku 4-5 lat, które z różnych przyczyn nie chodzą do przedszkola. Dzięki uczestnictwu w Klubie dzieci nie tracą kontaktu z rówieśnikami, a odpowiednio dobrane zajęcia i ćwiczenia muzyczne, pantomimiczne, plastyczne, a także manualne w pracowni ceramicznej, rozwijają ich wyobraźnię i wrażliwość.

**instruktorka:** Ewa Nazim-Zygadło

## Nowohucka Orkiestra Instrumentów Nieprzypadkowych

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa skupiająca zupełnie nieprzypadkowych ludzi, których łączy - pomimo różnic wieku i stopnia zaawansowania gry na ukulele - ogromna pasja i zamiłowanie do muzyki. To właśnie ten niewielki instrument wypełniony słońcem i szumem oceanu prowadzi wiodące dźwięki orkiestry. Osoby początkujące zapraszamy do grupy naborowej.

**instruktorka:** Marta Brzoza



## Teatrzyk Muzyczny KAMYCZEK

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zespół tworzą absolwenci Muzycznego Klubu Przedszkolaka oraz dzieci wywodzące się z innych form aktywności prowadzonych w NCK. Umiejętności zdobyte przez małych aktorów są rozwijane w trakcie realizacji przedstawień muzycznych.

**instruktorka:** Ewa Nazim-Zygadło

## Studio Piosenki

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Propozycja skierowana jest do dzieci, które chcą rozpocząć przygodę ze śpiewem i rozwijać swoje zdolności wokalne. Program zajęć realizowany jest w oparciu o pracę indywidualną. W programie m.in.: ćwiczenia emisji wokalne, ćwiczenia oddechowate, interpretacja piosenki, praca z akompaniatorem, dobór repertuaru. Uczestnicy mają możliwość udziału w konkursach wokalnych oraz występów przed publicznością.

**instruktorki:** Joanna Grandys-Wnuk, Małgorzata Hyży-Wypart



**Teatr dziecięcy ANIMA**

nowość w NCK!

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia dla dzieci w wieku 7-12 lat. Główną ideą teatru ANIMA jest rozbudzenie w uczestnikach twórczej ekspresji przy jak najmniejszej ingerencji dorosłych. Podczas zajęć stawiamy na wspólną zabawę, a także na pracę nad integracją grupy i budowaniem zespołu. Celem warsztatów jest wyzwolenie twórczego potencjału drzemiącego w każdym młodym człowieku, oswojenie pracy z ciałem i promowanie współdziałania. Zajęcia czerpią z kreatywności uczestników, która jest punktem wyjścia do wspólnego tworzenia sztuki. Ważnym aspektem jest także budowanie wzajemnego szacunku. Zajęcia to ponadto praca z ciałem, muzyką, głosem i scenografią, a przede wszystkim z dziecięcą wyobraźnią. Ważnym celem jest także rozwijanie myślenia oraz zrozumienia emocji.

**instruktorka:** Joanna Walczak**ZAJĘCIA REKREACYJNE****Akrobatyka****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Aktywność adresowana do dzieci od 5. roku życia. Uczestnicy zajęć będą uczyć się podstawowych elementów akrobatycznych, takich jak przewroty, przerzuty, przejścia, stójki oraz pracować nad siłą i gibkością, która pomoże im w opanowaniu elementów trudniejszych, takich jak szpagaty czy stanie na rękach. Zajęcia poprawią ogólną sprawność uczestników, wzmocnią i uelastycznią ciało, a przede wszystkim będą dobrą zabawą.

**instruktor:** Łukasz Buczek**Capoeira****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Capoeira to sztuka walki, która powstawała w XVIII i XIX wieku w Brazylii. Łączy w sobie elementy samoobrony, tańca i akrobatyki. Charakteryzuje się dynamizmem, płynnością ruchów oraz formami taneczno-akrobatycznymi. Treningom towarzyszy śpiew w języku portugalskim oraz muzyka, wykonywana na oryginalnych instrumentach.

**instruktor:** Łukasz Witecki



## Ceramika

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy zajęć przyswoją podstawową wiedzę z zakresu warsztatu i technologii ceramiki – od pomysłu do realizacji, zapoznają się z metodami modelowania ręcznego w glinie ceramicznej i rodzajami zdobienia, a także poznają zasady funkcjonowania pracowni ceramicznej. Warsztaty rozwijają kreatywność i wyobraźnię, kształtują wrażliwość estetyczną i umiejętności przestrzenne, manualne i psychoruchowe, a także uczą samodzielności i cierpliwości. Zajęcia dla dzieci od 6. roku życia.

**instruktorka:** Barbara Zgoda

## Grafika warsztatowa

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Zajęcia są okazją do zapoznania się z różnorodnością technik graficznych. Pod opieką artysty grafika uczestnicy poznają tajniki warsztatu graficznego, materiały i narzędzia, będą powielać swoje dzieła w technikach: linorytu, gipsorytu i monotypii. W przyjaznej atmosferze, poprzez twórcze eksperymenty, będzie okazją do rozwijania wyobraźni i zdolności plastycznych. Zajęcia dla dzieci od 7. roku życia.

**instruktorzy:** Jan Bosak, Marta Wakuta-Mac

## Rysunek i malarstwo

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy zajęć poznają różne techniki rysunkowe, malarzkie, elementy kompozycji plastycznych i form dekoracyjnych. W twórczej i przyjaznej atmosferze będą mieli okazję doskonalić zdolności plastyczne, warsztat malarski i rysunkowy, uczyć się koncentracji, rozwijać swoją wrażliwość i zmysł obserwacji. Zajęcia dla dzieci od 6. roku życia.

**instruktorki:** Alicja Nikodem, Bożena Szuflita



## Klub Super Mama

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Klub Super Mama to miejsce spotkań, zdobywania wiedzy, nowych umiejętności, wymiany doświadczeń i wzajemnego wspierania się w rodzicielstwie.

### Fitness z maluszkiem

Wszechstronny i efektywny trening dla rodzica z dzieckiem przed ukończeniem 1. roku życia. Uczestnicząc w zajęciach rodzic dba o swoje zdrowie, samopoczucie i figurę, nie rozstając się jednocześnie ze swoim maluszkiem. Ćwiczenia wykonuje się wspólnie z dzieckiem, co sprawia, że dla obojga jest to wspaniała okazja do budowania wzajemnej więzi.

**instruktorka:** Aneta Zatorowska

### Mamo, tato – dacie radę!

nowość w NCK!

Spotkania dla par spodziewających się dziecka. W trakcie zajęć uczestnicy: zdefiniują jakiego wsparcia potrzebują, zaplanują jak przygotować siebie i dom na przybycie nowego członka rodziny, zastanowią się jak zadbać o samych siebie i swoją relację.

**instruktorka:** Magdalena Niemyjska

### Małe Przedszkolaki

Zajęcia adaptacyjno-edukacyjno dla najmłodszych dzieci (w wieku 1,5 roku-3 lata), które przygotowują do pracy w grupie. Spotkania Małych Przedszkolaków to przede wszystkim pierwszy trening społeczny dla dziecka, które dopiero zaczyna dostrzegać obecność innych dzieci i uczy się z nimi współpracować.

**instruktorka:** Anna Krauzowicz

### Poznaj(my) się

Zajęcia przygotowują do szybkiej adaptacji przedszkolnej i są przeznaczone dla uczestników w wieku 1,5 roku-3 lata. Zabawy prowadzone w trakcie zajęć inspirowane są elementami arteterapii i bajkoterapii, a program dydaktyczny opiera się na współcześnie stosowanych metodach psychologicznych i pedagogicznych.

**instruktorka:** Katarzyna Wróbel

## SMYKO-multisensoryka

Zajęcia sensoryczne dla dzieci od 12. miesiąca do 3. roku życia, które stymulują wszystkie 7 zmysłów. Rodzice i opiekunowie poznają – poprzez proste aktywności i zabawę - w jaki sposób prawidłowo stymulować zmysły maluszka, aby wspierać jego rozwój.

**instruktorka:** Katarzyna Wróbel

## W kręgu mam

nowość w NCK!

Spotkania dla kobiet w ciąży i z małymi dziećmi, w trakcie których będziemy rozmawiać, słuchać siebie, wspierać się, dodawać sobie otuchy, śmiać się i wzruszać, a przede wszystkim być razem.

**instruktorka:** Magdalena Niemyjska

## Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci

Dzieci rodzą się utalentowane i niezwykle twórcze, a muzykalność jest jedną z wielu dziedzin, do których każdy człowiek ma predyspozycje od chwili narodzin. Tak więc poczucie rytmu, melodii i harmonii nie jest zarezerwowane tylko dla wybranych. Na zajęciach uczymy dzieci muzycznego języka, podobnie jak uczy się języka mówionego. Zajęcia prowadzone metodą prof. E. E. Gordona.

**instruktorki:** Anna Szwugier, Ewa Wicher

## Zwinny maluch

nowość w NCK!

Zajęcia gimnastyczno-sportowe z elementami umuzykalniania dla dzieci w wieku 1,5-2,5 roku. Na każdym spotkaniu biegamy, skaczymy, turlamy się, poznajemy części ciała, pobudzamy wyobraźnię i uczymy się współpracy ze sobą.

**instruktorka:** Anna Krauzowicz



## Nowohucki Uniwersytet Dzieci

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Nowohucki Uniwersytet Dzieci jest wyprawą w niesamowity świat nauki, w którym trudne zagadnienia podane są w atrakcyjnej formie, dostosowanej do dziecięcej percepcji.

### Encek<sup>2</sup> – warsztaty matematyczne

Warsztaty, w trakcie których uczestnicy będą odkrywać tajemnice liczb, wzorów i geometrycznych kształtów, rozwijając umiejętności logicznego myślenia i niesablonowego podejścia do rozwiązywania napotkanych problemów. Zajęcia dedykowane uczniom klas I-III, które w niestandardowy sposób umocnią podstawy matematyki.

### Kodowanie z Robotami

Uczestnicy zajęć będą pracować z Robotem Photonem, który jest wyposażony w nowoczesne technologie i potrafi reagować na wiele bodźców zewnętrznych, a dzięki dedykowanej aplikacji, pomoże dzieciom rozwinąć wyobraźnię, umiejętności logicznego i analitycznego myślenia oraz nauczy podstaw programowania. Zajęcia dla uczestników w wieku 4-6 lat.

### Wydział Detektywistyczny

Każdy z nas ma w sobie żytkę detektywa! W trakcie zajęć uczestnicy będą analizować ślady kryminalistyczne, aby samodzielnie rozwiązać zagadkę detektywistyczną. Warsztaty uczą analitycznego myślenia i samodzielnego poszukiwania odpowiedzi na zadawane pytania. Zajęcia dedykowane uczestnikom powyżej 7. roku życia.



## Wydział Ochrony Środowiska

Edukacja ekologiczna podana w przyjaznej formie, w której znajdzie się miejsce na nieoczywiste eksperymenty i inspirujące rozmowy. Podczas warsztatów uczestnicy dowiedzą się dlaczego dbanie o środowisko i jego zrównoważony rozwój jest ważne, jak przeciwdziałać zanieczyszczeniom i co możemy uzyskać dzięki recyklingowi. Zajęcia dedykowane uczestnikom w wieku 5-8 lat.

## Wydział Programowania

Celem zajęć jest wprowadzenie młodzieży w świat języka programowania Python, który swoje zastosowanie znajduje podczas tworzenia zaplecza aplikacji, strony internetowej oraz przygotowywania funkcji widocznych dla użytkownika. Kurs trwa 12 godzin i jest dedykowany uczestnikom w wieku 7-10 lat.

## Wydział Przyrodniczy

Otoczający nas świat jest niezwykle fascynujący, a w codziennym życiu na każdym kroku mamy do czynienia z biologią, chemią, fizyką i innymi dziedzinami nauki, które tylko z pozoru brzmią bardzo skomplikowanie. Podczas warsztatów robimy eksperymenty, uczymy się rozumieć zjawiska zachodzące wokół nas i świetnie się bawimy! Zajęcia dedykowane uczestnikom w wieku 4-7 lat.

## Wydział Robotyki

Studenci Wydziału samodzielnie projektują i konstruują roboty, a także tworzą gry komputerowe, co pozwala na rozwijanie umiejętności logicznego i analitycznego myślenia, ćwiczy pamięć, rozwija kreatywność i zmusza do poszukiwań niestandardowych rozwiązań. Warsztaty dedykowane uczestnikom w wieku 5-7 lat.





## Warsztaty komiksu

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Zajęcia są ukierunkowane na poznanie i zrozumienie języka komiksu, a ich formuła jest oparta na wyobraźni, radości tworzenia, kreatywności oraz zabawach z papierem. Każdorazowo zajęcia będą składały się z trzech statych elementów: ciekawostek ze świata komiksu, zabaw komiksowych i ćwiczeń praktycznych. Warsztaty dedykowane uczestnikom powyżej 6. roku życia.

**instruktor:** Robert Trojanowski

## Kurs tworzenia gier ROBLOX

nowość w NCK!

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Fascynujący świat tworzenia gier, w którym nauka łączy się z zabawą i kreatywnością, a młodzi programiści mają szansę realizacji wymarzonych projektów. Zajęcia dla uczestników w wieku 10-12 lat, wprowadzające w podstawy programowania i projektowania gier.

**instruktor:** Stanisław Marecik



## Kursy dla przedszkolaków

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Zajęcia w najmłodszych grupach wiekowych zapewniają dzieciom możliwości poznania języka obcego za pomocą zabaw ruchowych, piosenek, rymowanek i gier. Dzieci rozwijają umiejętności wypowiedzania się poprzez muzykę, małe formy teatralne oraz sztuki plastyczne.

**język:** angielski

## Kursy dla uczniów szkół podstawowych

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Uczniowie, poprzez aktywne, ciekawe zajęcia i stymulujące ćwiczenia, stopniowo budują swoją świadomość w zakresie języka obcego. Rozwijają wszystkie sprawności językowe: rozumienie ze słuchu, czytanie, pisanie, mówienie i prowadzenie dialogu.

**języki:** angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski

## Kursy przygotowujące do egzaminu ósmoklasisty

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Celem kursu jest usystematyzowanie najważniejszych aspektów w zakresie wymagań egzaminacyjnych, a także zapoznanie uczniów ze strukturą egzaminu, systemem oceniania oraz rodzajami zadań egzaminacyjnych. Kurs pozwala także na bieżące konsultacje z lektorem, umożliwiające wyjaśnienie wątpliwości dotyczących języka obcego.

**języki:** angielski

# BIBLIOTEKA

## Biblioteka

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 39

W ciągle wzbogacanym o nowe pozycje księgozbiornie Biblioteki NCK można znaleźć: literaturę piękną, lektury szkolne, literaturę młodzieżową, najnowsze pozycje beletrystyczne i dokumentalne, fantastykę, kryminały, a także literaturę górską, a dla najmłodszych został przygotowany specjalny kącik czytelniczy dla dzieci. W Bibliotece istnieje też możliwość drukowania i kserowania dokumentów, a środki pozyskiwane w ten sposób przeznaczane są na zakup nowości książkowych.

**NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY**

al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków

tel. 12 644 02 66

[nck@nck.krakow.pl](mailto:nck@nck.krakow.pl)

[nck.krakow.pl](http://nck.krakow.pl)





 **Kraków**

sezon  
2024/25

**OFERTA**

**dla  
młodzięży**

nck.krakow.pl

NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY • INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



nowohuckie  
centrum  
kultury

**Zespół Pieśni i Tańca NOWA HUTA – gr. młodzieżowa****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 15

Grupę tworzy młodzież ze szkół średnich. Program artystyczny prezentowany przez grupę obrazuje i propaguje piękno polskiej kultury ludowej i narodowej. W swoim repertuarze zespół posiada pieśni i tańce różnych regionów kraju. Zajęcia mają charakter ogólnorozwojowy – budują wrażliwość artystyczną, wiążąc proces rozwoju fizycznego z poznaniem kultury narodowej. Zespół regularnie uczestniczy w wielu znaczących festiwalach i konkursach, zarówno w kraju, jak i poza jego granicami. Jest także laureatem wielu nagród i odznaczeń.

**kierownik zespołu:** Adam Śliwa**kierownictwo artystyczne zespołu:** Sabina Szybka**przygotowanie taneczne zespołu:** Alicja Śliwa**przygotowanie wokalne zespołu:** Andrzej Cebulak**akompaniament:** Krystyna Stala**przygotowanie strojów:** Izabela Nowak**Zespół Góralski HAMERNIK****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zespół Góralski HAMERNIK jest zespołem amatorskim, który powstał w 1979 r. Jego członkami są osoby w wieku od lat 15, pochodzące przeważnie z Podhala, a zamieszkałe w Krakowie oraz krakowianie rozmiłowani w folklorze podhalańskim. Do tej pory zespół dał ponad 1200 koncertów w kraju i za granicą, zdobywając uznanie publiczności i jury konkursów i festiwalu folklorystycznych.

**kierownictwo artystyczne:** Anna i Kazimierz Lassakowie

## Amatorski Klub Tańca Towarzyskiego ENCEK

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Oferta adresowana do pojedynczych uczestników i par. Program obejmuje tańce standardowe (walc, tango, fokstrot) oraz latynoamerykańskie (samba, cha-cha, rumba, paso doble, jive) w formie towarzyskiej i estradowej. Podczas zajęć wprowadzane są także elementy tańców narodowych (m.in. polonez, taniec grecki) oraz disco, salsy i mambo. Członkowie klubu, oprócz rozwijania koordynacji ruchowej i techniki tańca na spotkaniach klubowych, biorą także udział w pokazach tanecznych dla publiczności.

**instruktorka:** Ada Wantuch

## Formacja młodzieżowa AKTT ENCEK **nowość w NCK!**

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

W ramach klubu tanecznego ENCEK od niedawna działa nowy zespół – młodzieżowa formacja taneczna. Zajęcia formacji bazują na tańcu towarzyskim, ale korzystają także z innych stylów. Tancerze odtwarzają w synchronie różne układy choreograficzne, prezentowane podczas pokazów tanecznych, a wszystkie kroki, figury i przejścia skorelowane są z muzyką. Uczestnictwo w zajęciach integruje grupę poprzez ruch, uczy współpracy i cierpliwości oraz pozwala realizować się tanecznie.

**instruktorka:** Ada Wantuch

## Formacja Taneczna FLESZ DANCE

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa taneczna poruszająca się w obszarze tańca nowoczesnego i show dance, gdzie głównymi technikami tanecznymi są: funky, hip-hop, elementy tańca współczesnego, burleska, taniec towarzyski. Układy choreograficzne zespołu to zarówno krótkie, dynamiczne prezentacje, jak i nastrojowe, wolniejsze układy taneczne. Dodatkowo zespół wykorzystuje w swoich prezentacjach ciekawą scenografię, rekwizyty oraz wzbogaca swoje występy działaniami teatralnymi. Zespół posiada duży dorobek artystyczny, bierze udział w licznych pokazach i przeglądach tanecznych organizowanych przez Nowohuckie Centrum Kultury. Efekty pracy zespołu można oglądać podczas autorskich koncertów z cyklu „Tańczę, więc jestem” oraz innych projektach realizowanych w NCK. Zespół uczestniczył w wielu realizacjach telewizyjnych oraz konkursach i festiwalach.

**instruktorka:** Katarzyna Trynka-Ropa

### Grupa Baletowa ETIUDA

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa powstała w 2010 r. Podczas zajęć młodzi tancerze ćwiczą technikę barre au sol, podstawy tańca klasycznego i jazzowego, rozwijają świadomość ciała, dynamikę ruchu i ekspresję. Zespół bierze udział w licznych konkursach choreograficznych, koncertach i festiwalach. Dorobek zespołu stanowią spektakle baletowe: „Anioły latają nisko” 2012, „Nieboskłon” 2013, „Urzekająca Panna Młoda” 2014, „Peregrino” 2015, „Schody do nieba” 2016, „Dwa światy” 2018, „Alicja w Krainie Czarów” 2019, „Suita kosmiczna” 2021, „Impresje” 2022, „Rytm życia” 2023 i „Marzyciel” 2024.

**instruktorka:** Katarzyna Stolarczyk-Skoczylas

### Grupa Tańca Współczesnego FORMA

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa Tańca Współczesnego FORMA od przeszło 20 lat skupia w swoim gronie młodych tancerzy i środowisko zainteresowane nowoczesną formą ruchu, scenicznymi technikami wyrazu i teatralną formą tańca. Taniec jest w zespole naturalnym medium realizacji ambicji, rozwoju estetycznego i drogą do nieustannego odkrywania twórczej strony własnego życia. Osoby początkujące zapraszamy do grupy naborowej

**kierownictwo artystyczne:** Joanna Kremel

### Zespół Tańca Nowoczesnego KLIPS

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zespół tworzą dwie grupy: młodsza (12-15 lat) i starsza (15-18 lat). Układy choreograficzne zespołu oparte są na technice tańca nowoczesnego z wykorzystaniem elementów disco, funk i hip-hopu. Efekty pracy tancerzy można oglądać podczas wydarzeń organizowanych przez NCK. Do jednego z najważniejszych należy coroczny cykl „Tańczę, więc jestem”, podczas którego prezentowane są najnowsze choreografie zespołu.

**instruktorka:** Katarzyna Trynka-Ropa



## Break Dance

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Widowiskowa technika taneczna z dużą ilością elementów siłowo-sprawnościowych oraz kroków wykonywanych w „parterze”. Taniec ten narodził się w latach 70. XX wieku na nowojorskim Bronksie i jest jednym z nieodłącznych elementów kultury hip-hopowej.

**instruktor:** Dawid Dec „Decó”

## Hip-Hop

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Hip-hop jest stylem tańca pełnym ekspresji i dynamiki. Rozwija wszystkie cechy motoryczne: wytrzymałość, gibkość, zwinność, skoczność, szybkość. Jest tańcem dynamicznym, który operuje różnymi formami ruchu: waving (fale), popping (napinanie mięśni), locking.

**instruktorka:** Patrycja Bańbuła

## Kubańska salsa

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Kurs obejmuje naukę salsy kubańskiej – stylu „casino”. Jest to gatunek tańca powstały w połowie XX wieku jako mieszanka różnych stylów, głównie eleganckiego sonu i dzikiej afrykańskiej rumbi. Istota tego tańca polega na nauce słuchania rytmu muzyki i interpretowania go ruchem ciała.

**instruktor:** Marcin Sottys



## Latino solo

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Mieszanka gorących rytmów latynoamerykańskich. Proste układy taneczne w rytmie salsy, bachaty i cha-chy są zastrzykiem pozytywnej energii, a wykonywane figury świetnie wpływają na całą sylwetkę i ogólną postawę ciała. Program zajęć obejmuje rozgrzewkę, która wzmacnia poszczególne partie ciała (brzuch, talię, ramiona i barki), naukę kroków tanecznych i prostych choreografii, które angażują całe ciało oraz końcowe ćwiczenia relaksujące i rozciągające.

**instruktorka:** Karolina Jarzec



## Taniec brzucha

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Taniec brzucha – znany też pod nazwą Belly Dance – to prawdziwy taniec kobiet starożytnego Egiptu, łączący kuszące ruchy bioder z subtelnym ruchem rąk, wyzwalający to, co najbardziej uwodzicielskie, zmysłowe i kobiece. Zapewnia przepływ czystej energii, sprzyja wewnętrznej harmonii, jest doskonałą formą ćwiczeń i relaksu dla każdej kobiety.

**instruktorka:** Kinga Baran

## Taniec towarzyski

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia prowadzone są systemem wielostopniowym z możliwością doskonalenia umiejętności tanecznych na kolejnych etapach. Program kursów tańca towarzyskiego obejmuje tańce standardowe, latynoamerykańskie oraz elementy disco.

**instruktorzy:** Renata Zajac, Karolina Jarzec, Marcin Sołtys, Justyna Talaga

## Nowohucka Orkiestra Instrumentów Nieprzypadkowych

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa skupiająca zupełnie nieprzypadkowych ludzi, których łączy - pomimo różnic wieku i stopnia zaawansowania gry na ukulele - ogromna pasja i zamiłowanie do muzyki. To właśnie ten niewielki instrument wypełniony słońcem i szumem oceanu prowadzi wiodące dźwięki orkiestry. Osoby początkujące zapraszamy do grupy naborowej.

**instruktor:** Marta Brzoza

## Studio Piosenki

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Propozycja skierowana jest do młodzieży, która chce rozpocząć przygodę ze śpiewem i rozwijać swoje zdolności wokalne. Program zajęć realizowany jest w oparciu o pracę indywidualną. W programie m.in.: ćwiczenia emisji wokalne, trening oddechowy, interpretacja piosenki, praca z akompaniatorem, dobór repertuaru. Uczestnicy mają możliwość udziału w konkursach wokalnych oraz występów przed publicznością.

**instruktorki:** Joanna Grandys-Wnuk, Małgorzata Hyży-Wypart

## Śpiew klasyczny

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia dla osób, które zawsze lubiły śpiewać, ale nigdy wcześniej nie miały możliwości rozwijania swojego talentu. Lekcje przeznaczone są dla amatorów, którzy dopiero rozpoczynają naukę śpiewu, jak również dla osób zaawansowanych.

**instruktorka:** Dorota Stefańska



**Młodzieżowy Teatr PERSONA****nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia dla młodzieży w wieku 13-15 lat, których celem jest odkrywanie siebie poprzez wspólne tworzenie i prezentowanie spektakli. Praca zespołu odbywa się w atmosferze wsparcia i otwartości na eksperymentowanie, a także jest ukierunkowana na współpracę, w której uwzględnia się indywidualny wkład każdego z uczestników warsztatów. Podczas zajęć grupa improwizuje, ćwiczy, gra i poznaje tajniki sztuki teatralnej, dzięki temu uczestnicy rozwijają otwartość i kreatywność, budują w sobie odwagę i umiejętność pracy w grupie, a także rozwijają wyobraźnię i poszerzają horyzonty.

**instruktorka:** Joanna Walczak



## Ceramika

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy zajęć, po teoretycznym zapoznaniu się z procesem powstawania ceramiki, poznaniu podstaw techniki i narzędzi, będą wykonywać własne prace: nauczą się modelowania, szklwienia i zdobienia.

**instruktorka:** Barbara Zgoda

## Grafika warsztatowa

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Zajęcia są okazją do zapoznania się z różnorodnością technik graficznych. Pod opieką artysty grafika uczestnicy poznają tajniki warsztatu graficznego: materiały i narzędzia, będą powielać swoje dzieła w technikach: linorytu, gipsorytu i monotypii, a twórcze eksperymenty będą sprzyjać rozwojowi zdolności plastycznych.

**instruktorzy:** Jan Bosak, Marta Wakuła-Mac

## Pracownia rysunku i malarstwa

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Prowadzący zajęcia artysta malarz i grafik, zakłada indywidualne podejście do każdego kursanta oraz elastyczny program zajęć dostosowany do kierunku zainteresowań uczestników. Pracownia realizuje podstawowe zasady akademickiego programu nauczania, kładąc nacisk na rozwijanie umiejętności malarskich i rysunkowych poprzez klasyczne studium martwej natury oraz studium postaci. Zajęcia dla osób powyżej 16. roku życia.

**instruktor:** Robert Bubel

## Rysunek i malarstwo

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy zajęć poznają różne techniki rysunkowe, malarskie, elementy kompozycji plastycznych i form dekoracyjnych. W twórczej i przyjaznej atmosferze będą mieli okazję doskonalić zdolności plastyczne, warsztat malarski i rysunkowy, uczyć się koncentracji, rozwijać swoją wrażliwość i zmysł obserwacji.

**instruktorka:** Alicja Nikodem



## Aerobik

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia obejmujące TBC, BPU, Body Toning i Stretching. Zasadniczym celem zajęć jest kształtowanie zdrowego, silnego organizmu. Uprawianie gimnastyki rozładowuje i łagodzi napięcia nerwowe oraz sprzyja dobremu samopoczuciu.

**instruktorka:** Anna Kurzydło

## Akrobatyka

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Uczestnicy zajęć będą uczyć się podstawowych elementów akrobatycznych, takich jak przewroty, przerzuty, przejścia, stójki oraz pracować nad siłą i gibkością, które pomogą im w opanowaniu elementów trudniejszych, takich jak szpagaty czy stanie na rękach. Zajęcia poprawią ogólną sprawność uczestników, wzmocnią i uelastyczniają ciało, a przede wszystkim będą dobrą zabawą.

**instruktor:** Łukasz Buczek

## Capoeira

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Capoeira to sztuka walki, która powstawała w XVIII i XIX wieku w Brazylii. Łączy w sobie elementy samoobrony, tańca i akrobatyki. Charakteryzuje się dynamizmem, płynnością ruchów oraz formami taneczno-akrobatycznymi. Treningom towarzyszy śpiew w języku portugalskim oraz muzyka, wykonywana na oryginalnych instrumentach.

**instruktor:** Łukasz Witecki

## Cocktail Dance

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Dynamiczne zajęcia w rytmie tańców latynoamerykańskich, wyrabiające płynność i elastyczność ruchów. Tańcząc i powtarzając kroki podstawowe (m.in. do samby, salsy, merengue, cha-chy, rumbly, rock'n'rolla) można spalić kalorie, modelować sylwetkę, poprawić koordynację i świadomość własnego ciała oraz wyzwolić pozytywne emocje i pewność siebie. Propozycja dla wszystkich – bez względu na wiek, płeć i umiejętności.

**instruktorka:** Ewelina Tutka

## Dance & Shape

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Energiczne zajęcia, które łączą fitness z tańcem, poprawiając kondycję, wytrzymałość oraz gibkość, a także rzeźbią newralgiczne partie ciała: brzuch, uda, pośladki i ramiona. Efektem regularnych treningów jest wysmuklenie sylwetki oraz poprawa jędrności skóry, a przede wszystkim doskonałe samopoczucie.

**instruktorka:** Agata Fatyga

## Kalistenika

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Trening siłowy zapewniający bezpieczny rozwój całego organizmu poprzez równomierne budowanie siły poszczególnych partii ciała, wzmocnienie stawów i kręgosłupa. Podczas treningu korzysta się z drabinek gimnastycznych, drążków i poręczy, wykorzystując masę własnego ciała jako obciążenie. Regularne ćwiczenia nie tylko poprawiają ogólną sprawność, ale przyczyniają się także do szybkiej utraty tkanki tłuszczowej.

**instruktor:** Łukasz Buczek



**La Blast Fitness****nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Taneczny program fitness bazujący na krokach tańców towarzyskich, jakie można zobaczyć w formatach telewizyjnych typu „Taniec z gwiazdami”. Podczas zajęć uczestnicy nabywają prawdziwych umiejętności tanecznych, a jednocześnie spalają kalorie. Program stworzony został z myślą o osobach początkujących, jak i takich z doświadczeniem tanecznym. Zajęcia prowadzone są solo (bez konieczności pracy w parze) i – by wzmocnić górne partie ciała – wykorzystują niewielkie hantle.

**instruktorka:** Katarzyna Lichnowska**Pilates – zdrowy kręgosłup****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Pilates jest uznaną na całym świecie, niezastąpioną metodą ćwiczeń fizycznych, która pozwala na osiągnięcie długotrwałego efektu silnej, smukłej i szczupłej sylwetki. Zajęcia kierowane są do osób w każdym wieku i na różnym poziomie sprawności ruchowej, które profilaktycznie chcą zadbać o swoją postawę i kręgosłup. Ćwiczenia wzmocniają mięśnie stabilizujące kręgosłup oraz rozluźniają ramiona, kark i szyję, nie obciążają stawów, bo nie zawierają podskoków i dynamicznych ruchów.

**instruktorka:** Anna Kurzydło**Zumba****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zumba to pochodząca ze słonecznej Kolumbii dynamiczna forma taneczna, która łączy aerobik z tańcami latynoamerykańskimi. Choreografia zumbi stanowi ekscytującą mieszankę rytmów latynoskich m.in.: merengue, salsa, cumbia, reggaeton, soca, mambo, rumba oraz elementów Bollywood, tańca brzucha i treningu siłowego.

**instruktorka:** Katarzyna Lichnowska

## Kursy dla młodzieży

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Uczniowie rozwijają umiejętności komunikowania się w mowie i piśmie, przyswajając i doskonaląc podstawowe środki językowe (leksykę, gramatykę, wymowę). Budują w sobie pewność i niezależność w posługiwaniu się językiem obcym.

**języki:** angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski

## Kursy dla maturzystów - poziom podstawowy i rozszerzony

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Celem kursu jest usystematyzowanie najważniejszych aspektów w zakresie wymagań egzaminacyjnych, a także zapoznanie uczniów ze strukturą egzaminu, systemem oceniania oraz rodzajami zadań egzaminacyjnych. Kurs pozwala także na bieżące konsultacje z lektorem, umożliwiające wyjaśnienie wątpliwości dotyczących języka obcego.

**języki:** angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski

## Lekcje indywidualne

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Kursy „one to one” to oferta dla tych, którzy cenią sobie wygodę, indywidualne tempo nauczania i indywidualne podejście lektora do uczestnika kursu.

**języki:** angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski



**Kurs tworzenia gier ROBLOX****nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Fascynujący świat tworzenia gier, w którym nauka łączy się z zabawą i kreatywnością, a młodzi programiści mają szansę realizacji wymarzonych projektów. Zajęcia dla uczestników w wieku 10-12 lat, wprowadzające w podstawy programowania i projektowania gier.

**instruktor:** Przemysław Miłowski**Kurs tworzenia gier UNITY****nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Kurs skierowany do młodzieży i dorosłych, który odkrywa tajniki tworzenia gier, a także pozwala rozwinąć umiejętności programistyczne. Każdy z uczestników będzie tworzył gry, dostosowane do własnych zainteresowań i pomysłów. Zajęcia wspomagają rozwój zdolności logicznych, analitycznych, myślenia abstrakcyjnego i uczą rozwiązywania napotkanych problemów. Kurs obejmuje 6 spotkań, zajęcia odbywają się raz w tygodniu i trwają 120 minut.

**instruktor:** Przemysław Miłowski**Uwierz w siebie!****nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Trening autoprezentacji i skutecznej komunikacji dla uczniów szkół ponadpodstawowych. W trakcie warsztatów uczestnicy będą poznawać i ćwiczyć zasady rządzące komunikacją międzyludzką, a trening pozwoli zrozumieć nie tylko słowa, ale także gesty. Przyjrzymy się też takim zagadnieniom jak aktywne słuchanie, opanowanie stresu, milczenie i pauzy, co również stanowi ogromne znaczenie w procesie porozumiewania się z innymi.

**prowadzenie:** Jolanta Kogut**Warsztaty pisania: autobiografia, esej, fikcja** **nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Piszesz do szuflady? Myślisz o tym, żeby wreszcie spisać swoje wspomnienia? Chcesz opowiedzieć historię swojej rodziny? A może po prostu masz pomysł na książkę, ale nie wiesz, jak się za nią zabrać? Warsztaty pisania będą okazją do poznania podstaw warsztatu pisarskiego, literackich form i chwytów. Będziemy dyskutować o własnych (i cudzych) pomysłach, obmyślać rozwiązania kompozycyjne, szlifować zdania, czytać, dyskutować, a przede wszystkim - pisać, dużo pisać.

**prowadzenie:** Maciej Jakubowiak

## Kurs kroju i szycia

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Kurs uczy i prezentuje zasady projektowania ubioru, technik szycia i wykorzystania różnych rodzajów tkanin, dodatków krawieckich i pasmanterii. Warsztaty dedykowane uczestnikom powyżej 16. roku życia.

**instruktorka:** Daria Rusek

## Przeszyj to sam – kurs przeróbek krawieckich

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Przeróbki i poprawki krawieckie to osobna dziedzina krawiectwa. Na zajęciach prezentowane są sposoby skutecznego i możliwie najszybszego dokonywania wybranych poprawek. Kurs dla osób, które ukończyły podstawowy kurs szycia.

**instruktorka:** Daria Rusek



# BIBLIOTEKA

## Biblioteka

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 39

W ciągle wzbogacanym o nowe pozycje księgozbiornie Biblioteki NCK można znaleźć: literaturę piękną, lektury szkolne, literaturę młodzieżową, najnowsze pozycje beletrystyczne i dokumentalne, fantastykę, kryminały, a także literaturę górską, a dla najmłodszych został przygotowany specjalny kącik czytelniczy dla dzieci. W Bibliotece istnieje też możliwość drukowania i kserowania dokumentów, a środki pozyskiwane w ten sposób przeznaczone są na zakup nowości książkowych.

**NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY**

al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków

tel. 12 644 02 66

[nck@nck.krakow.pl](mailto:nck@nck.krakow.pl)

[nck.krakow.pl](http://nck.krakow.pl)







**dla  
dorosłych**

nck.krakow.pl

NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY • INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



nowohuckie  
centrum  
kultury

**Zespół Pieśni i Tańca NOWA HUTA – gr. reprezentacyjna****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 15

Grupę zaawansowaną tworzą uczniowie szkół średnich, studenci oraz osoby aktywne zawodowo. W swoim repertuarze zespół posiada pieśni i tańce z różnych regionów kraju oraz polskie tańce narodowe. Oryginalne tańce poddane artystycznemu opracowaniu propagują polski folklor regionalny i narodowy. Zespół wielokrotnie brał udział w realizacjach telewizyjnych i teatralnych oraz w widowiskach plenerowych. Jest laureatem wielu znaczących festiwali i koncertów. Wielokrotnie reprezentował Polskę na międzynarodowych festiwalach folklorystycznych.

**kierownik zespołu:** Adam Śliwa**kierownictwo artystyczne zespołu:** Sabina Szybka**przygotowanie taneczne zespołu:** Alicja Śliwa**technika tańca klasycznego:** Tomasz Szaro**przygotowanie wokalne zespołu:** Andrzej Cebulak**akompaniament:** Krystyna Stala**przygotowanie strojów:** Izabela Nowak**Zespół Góralski HAMERNIK****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zespół Góralski HAMERNIK jest zespołem amatorskim, który powstał w 1979 r. Jego członkami są osoby w wieku od 15 lat, pochodzące przeważnie z Podhala, a zamieszkałe w Krakowie oraz krakowianie rozmiłowani w folklorze podhalańskim. Do tej pory zespół dał ponad 1200 koncertów w kraju i za granicą, zdobywając uznanie publiczności, jury konkursów i festiwali folklorystycznych.

**kierownictwo artystyczne:** Anna i Kazimierz Lassakowie

## Amatorski Klub Tańca Towarzyskiego ENCEK

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Oferta adresowana do osób indywidualnych i par. Program obejmuje tańce standardowe (walc, tango, fokstrot) oraz tańce latynoamerykańskie (samba, cha-cha, rumba, paso doble, jive) w formie towarzyskiej i estradowej. Podczas zajęć wprowadzane są także elementy tańców narodowych (m.in. polonez, taniec grecki) oraz disco, salsy i mambo. Tancerze rozwijają koordynację ruchową i technikę tańca, biorą udział w pokazach tanecznych dla publiczności.

**instruktorka:** Ada Wantuch

## Formacja Taneczna FLESZ DANCE

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa taneczna poruszająca się w obszarze tańca nowoczesnego i show dance, gdzie głównymi technikami tanecznymi są: funky, hip-hop, elementy tańca współczesnego, burleska, taniec towarzyski. Układy choreograficzne zespołu to zarówno krótkie, dynamiczne prezentacje, jak i nastrojowe, wolniejsze układy taneczne. Dodatkowo zespół wykorzystuje w swoich prezentacjach ciekawą scenografię, rekwizyty oraz wzbogaca swoje występy działaniami teatralnymi.

**instruktorka:** Katarzyna Trynka-Ropa

## Grupa MARAM

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa narodziła się podczas regularnych zajęć tańca brzucha prowadzonych przez Sakinę. Powstała ze wspólnej pasji do tańca orientalnego i muzyki arabskiej, a także fascynacji egzotyką i wielobarwnością kultury Bliskiego Wschodu i Afryki Północnej.

**instruktorka:** Kinga Baran

## Grupa Tańca Współczesnego FORMA

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa Tańca Współczesnego FORMA od przeszło 20. lat skupia w swoim gronie młodych tancerzy i środowisko zainteresowane nowoczesną formą ruchu, scenicznymi technikami wyrazu i teatralną formą tańca. Taniec jest w zespole naturalnym medium realizacji ambicji, rozwoju estetycznego i drogą do nieustannego odkrywania twórczej strony własnego życia. Osoby początkujące zapraszamy do grupy naborowej.

**kierownictwo artystyczne:** Joanna Kremel

## Krakowskie Centrum Choreograficzne

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 20

Centrum specjalizuje się w technice tańca współczesnego. Zajmuje się działalnością artystyczną i edukacją taneczną, prowadząc grupy i regularne zajęcia na różnych poziomach zaawansowania, zarówno dla profesjonalistów, jak i amatorów.

### Cardio Contemporary

Cardio Contemporary to zajęcia stałe dla osób dorosłych (18+), dedykowane początkującym z niewielkim doświadczeniem w dziedzinie tańca współczesnego oraz tym, którzy mieli przerwę w praktykowaniu tańca. Zajęcia budują kondycję, poprawiają koordynację, zwiększają wydolność, ale również pobudzają kreatywność, zachęcając do artystycznych poszukiwań.

**instruktorki:** Aleksandra Honza, Zuzanna Jeglorz

### Pracownia Twórcza

Pracownia Twórcza to stała grupa, spotykająca się regularnie dwa razy w tygodniu. Zajęcia przeznaczone są dla dorosłych (18+) osób tańczących, które mają kilkuletnie doświadczenie w technice tańca współczesnego. Zajęcia bazują na badaniu i eksplorowaniu własnej ekspresji ruchowej oraz praktyce różnych strategii tańca współczesnego. Spotkania wspierają pogłębianie świadomości scenicznej/performatywnej. Zajęcia są przeznaczone dla osób, którym zależy na researchu i procesie twórczym.

**instruktorki:** Karolina Graca, Magdalena Malik

### Pracownia Fizyczna

Pracownia Fizyczna to stała grupa, spotykająca się regularnie dwa razy w tygodniu. Zajęcia przeznaczone są dla dorosłych (18+) osób tańczących, które mają kilkuletnie doświadczenie w technice tańca współczesnego. Zakres zajęć obejmuje zagadnienia takie jak: ciężar ciała, dynamikę w ruchu, wykorzystanie pędu, przepływ ruchu, pracę z czasem i przestrzenią w tańcu, pracę z podłogą (floorwork) oraz pracę z oddechem. Zajęcia są przeznaczone dla osób, które chcą się skupić na poszerzaniu zakresu ruchowego i technice.

**instruktorki:** Karolina Graca, Magdalena Malik

## Break Dance

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Taniec z dużą ilością elementów siłowo-sprawnościowych oraz figur wykonywanych w „parterze”, często całym ciałem, na ziemi. Zajęcia rozpoczynają się od półgodzinnej rozgrzewki i rozciągania metodą stretching, po czym następuje opis i prezentacja sposobu wykonywania układu tanecznego oraz indywidualne ćwiczenie figury pod okiem instruktora.

**instruktor:** Dawid Dec „Decó”

## Kubańska salsa

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Kurs obejmuje naukę salsy kubańskiej – stylu „casino”. Jest to gatunek tańca powstały w połowie XX wieku jako mieszanka różnych stylów, głównie eleganckiego sonu i dzikiej afrykańskiej rumbi. Istota tego tańca polega na nauce słuchania rytmu muzyki i interpretowania go ruchem ciała.

**instruktor:** Marcin Sottys

## Latino solo

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Mieszanka gorących rytmów latynoamerykańskich. Proste układy taneczne w rytmie salsy, bachaty i cha-chy są zastrzykiem pozytywnej energii, a wykonywane figury świetnie wpływają na całą sylwetkę i ogólną postawę ciała. Program zajęć obejmuje rozgrzewkę, która wzmacnia poszczególne partie ciała (brzuch, talię, ramiona i barki), naukę kroków tanecznych i prostych choreografii, które angażują całe ciało oraz końcowe ćwiczenia relaksujące i rozciągające.

**instruktorka:** Karolina Jarzec



## Taniec brzucha

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Taniec brzucha – znany też pod nazwą Belly Dance – to prawdziwy taniec kobiet starożytnego Egiptu, łączący kuszące ruchy bioder z subtelnym ruchem rąk, wyzwalający to, co najbardziej uwodzicielskie, zmysłowe i kobiece. Zapewnia przepływ czystej energii, sprzyja wewnętrznej harmonii, jest doskonałą formą ćwiczeń i relaksu dla każdej kobiety.

**instruktorka:** Kinga Baran

## Taniec towarzyski

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia prowadzone są systemem wielostopniowym z możliwością doskonalenia umiejętności tanecznych na kolejnych etapach. Program kursów tańca towarzyskiego obejmuje tańce standardowe i latynoamerykańskie w wersji użytkowej. Duży wybór terminów i poziomu zajęć.

**instruktorzy:** Renata Zająć, Karolina Jarzec, Marcin Sottys, Justyna Talaga



## Nowohucka Orkiestra Instrumentów Nieprzypadkowych

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa skupiająca zupełnie nieprzypadkowych ludzi, których łączy - pomimo różnic wieku i stopnia zaawansowania gry na ukulele - ogromna pasja i zamiłowanie do muzyki. To właśnie ten niewielki instrument wypełniony słońcem i szumem oceanu prowadzi wiodące dźwięki orkiestry. Osoby początkujące zapraszamy do grupy naborowej.

**instruktorka:** Marta Brzoza

## Studio Piosenki

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Propozycja skierowana jest do osób dorosłych, które chcą rozpocząć przygodę ze śpiewem i rozwijać swoje zdolności wokalne. Program zajęć realizowany jest w oparciu o pracę indywidualną i zespołową. W programie m.in.: ćwiczenia emisji wokalne, trening oddechowy, interpretacja piosenki, praca z akompaniatorem, dobór repertuaru.

**instruktorki:** Joanna Grandys-Wnuk, Małgorzata Hyży-Wypart

## Śpiew klasyczny

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia dla osób, które zawsze lubiły śpiewać, ale nigdy wcześniej nie miały możliwości rozwijania swojego talentu. Lekcje przeznaczone są dla amatorów, którzy dopiero rozpoczynają naukę śpiewu, jak również dla osób zaawansowanych.

**instruktorka:** Dorota Stefańska



**Ceramika dla początkujących****nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy zajęć najpierw teoretycznie poznają techniki sztuki ceramicznej – modelowanie, zdobienie, szklwienie, a także rys historyczny i dziedzictwo kulturowe ceramiki i rzeźby, a następnie wykonują własne prace. Zajęcia nie tylko są okazją do rozwijania pasji, ale także rozbudzają kreatywność i wyobraźnię, kształtują wrażliwość estetyczną i rozwijają zdolności manualne.

**instruktorka:** Barbara Zgoda**Ceramika dla zaawansowanych****nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Zajęcia ukierunkowane na rozszerzenie już posiadanej wiedzy i umiejętności z zakresu sztuki ceramicznej. W trakcie zajęć uczestnicy będą realizować złożone projekty łączące różne techniki i materiały.

**instruktorka:** Barbara Zgoda**Ceramika z Mistrzem****nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Cykl autorskich warsztatów, prowadzonych przez wybitnych artystów. Spotkania skierowane do wszystkich pasjonatów ceramiki.





## Grafika warsztatowa

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Zajęcia dla wszystkich, którzy chcą poznać techniki sztuk graficznych i czerpać z ich nieograniczonych możliwości. Uczestnicy warsztatów pod okiem artysty malarza i grafika, będą poznawać tajniki warsztatu graficznego oraz wykonywać prace w technikach m.in.: linorytu i autorskiej techniki monotypii.

**instruktorka:** Marta Wakuła-Mac



## Pracownia rysunku i malarstwa

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Prowadzący zajęcia artysta malarz i grafik, zakłada indywidualne podejście do każdego kursanta oraz elastyczny program zajęć dostosowany do kierunku zainteresowań uczestników. Pracownia realizuje podstawowe zasady akademickiego programu nauczania, kładąc nacisk na rozwijanie umiejętności malarskich i rysunkowych poprzez klasyczne studium martwej natury, studium postaci oraz zajęcia w plenerze.

**instruktor:** Robert Bubel

## Klub malarzy amatorów Atelier

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnikiem zajęć może zostać każdy, kto pragnie pracować nad rozwojem własnych plastycznych talentów lub chce miło spędzić czas – malując i rysując w grupie osób o podobnych zainteresowaniach.

**instruktorka:** Bożena Szuflita

## Aerobik

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia obejmują TBC, BPU, Body Toning i Stretching, ich celem jest kształtowanie zdrowego i silnego organizmu. Ćwiczenia rozładowują i łagodzą napięcia nerwowe oraz sprzyjają poprawie samopoczucia.

**instruktorka:** Anna Kurzydło

## Akrobatyka

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia dla osób, które chcą poprawić ogólną sprawność fizyczną poprzez naukę podstawowych elementów akrobacyjnych: przewrotów, przerzutów, stania na rękach itd.

**instruktor:** Łukasz Buczek

## Capoeira

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Brazylijska sztuka walki, która łączy w sobie elementy samoobrony, tańca i akrobatyki, a jednocześnie charakteryzuje się dużym dynamizmem i płynnością ruchów. Treningom towarzyszy charakterystyczna muzyka oraz śpiew w języku portugalskim.

**instruktor:** Łukasz Witecki

## Cocktail Dance

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Dynamiczne zajęcia w rytmie tańców latynoamerykańskich, wyrabiające płynność i elastyczność ruchów, spalające kalorie, modulujące sylwetkę, poprawiające koordynację i świadomość własnego ciała. Propozycja dla wszystkich – bez względu na wiek, płeć i umiejętności.

**instruktorka:** Ewelina Tutka

## Dance & Shape

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia, które łączą fitness z tańcem i poprawiają kondycję, wytrzymałość oraz gibkość, a także rzeźbią mięśnie brzucha, ud, pośladków i ramion, poprawiają jędrność skóry i wyzwalają endorfiny.

**instruktorka:** Agata Fatyga

## Kalistenika

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Trening siłowy zapewniający bezpieczny rozwój całego organizmu poprzez równomierne budowanie siły poszczególnych partii ciała, wzmocnienie stawów i kręgosłupa. Podczas treningu uczestnicy korzystają z drabinek gimnastycznych, drążków i poręczy, wykorzystując masę własnego ciała jako obciążenie.

**instruktor:** Łukasz Buczek

## La Blast Fitness

**nowość w NCK!**

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Taneczny program fitness, dzięki któremu uczestnicy zajęć nabywają umiejętności tanecznych i spalają kalorie. Zajęcia prowadzone są solo (bez konieczności pracy w parze) i – by wzmacniać górne partie ciała – wykorzystują niewielkie hantle.

**instruktorka:** Katarzyna Lichnowska

## Pilates – zdrowy kręgosłup

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Metoda ćwiczeń fizycznych, która pozwala na osiągnięcie efektu smukłej i silnej sylwetki. Zajęcia kierowane są do osób w każdym wieku i na różnym poziomie sprawności ruchowej, które profilaktycznie chcą zadbać o swoje ciało.

**instruktorka:** Anna Kurzydło

## Zumba

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zumba to pochodząca ze słonecznej Kolumbii dynamiczna forma taneczna, która łączy aerobik z tańcami latynoamerykańskimi. Choreografia zumbi stanowi ekscytującą mieszankę rytmów latynoskich.

**instruktorka:** Katarzyna Lichnowska



## Kursy dla dorosłych

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Kursanci rozwijają umiejętności komunikowania się w mowie i piśmie, przyswajając i doskonaląc podstawowe środki językowe (leksykę, gramatykę, wymowę). Budują w sobie pewność i niezależność w postugiwaniu się językiem obcym.

**języki:** angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski

## Kursy przygotowujące do egzaminów Cambridge English (FCE, CAE)

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Kursy zawierają zagadnienia gramatyczne, słownictwo, rozwijają sprawność pisania, rozumienia ze słuchu i wypowiedzenia się w języku angielskim. Dodatkowo przykładają dużą uwagę do poznania technik zdawania egzaminu i ćwiczenia jego poszczególnych elementów.

## Lekcje indywidualne

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Kursy „one to one” to oferta dla tych, którzy cenią sobie wygodę, odpowiednio dobrane tempo nauczania i indywidualne podejście lektora do uczestnika kursu.

**języki:** angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski





## Krakowski Klub Fotograficzny

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 30

Jeden z najstarszych klubów fotograficznych w Polsce, który zrzesza pasjonatów i miłośników fotografii, zarówno amatorów, jak również zawodowych fotografików. Głównym celem KKF jest rozwijanie fotograficznych pasji poprzez szkolenia, prezentacje, warsztaty, a także wystawy, plenery i konkursy.

## Klub Super Mama

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Klub Super Mama to miejsce spotkań, zdobywania wiedzy, nowych umiejętności, wymiany doświadczeń i wzajemnego wspierania się w rodzicielstwie.

### Fitness z maluszkiem

Wszechstronny i efektywny trening dla rodzica z dzieckiem przed ukończeniem 1. roku życia. Uczestnicząc w zajęciach rodzic dba o swoje zdrowie, samopoczucie i figurę, nie zostając się jednocześnie ze swoim maluszkiem. Ćwiczenia wykonuje się wspólnie z dzieckiem, co sprawia, że dla obojga jest to wspaniała okazja do budowania wzajemnej więzi.

**instruktorka:** Aneta Zatorowska

### Mamo, tato – dacie radę!

**nowość w NCK!**

Spotkania dla par spodziewających się dziecka. W trakcie zajęć uczestnicy: zdefiniują jakiego wsparcia potrzebują, zaplanują jak przygotować siebie i dom na przybycie nowego członka rodziny, zastanowią się jak zadbać o samych siebie i swoją relację.

**instruktorka:** Magdalena Niemyjska

### Joga dla kobiet w ciąży

Specjalnie wybrane ćwiczenia dostosowane do potrzeb i możliwości przyszłych mam. Dzięki delikatnym sekwencjom ruchów, ciało rozluźnia się, wzmacnia, uelastycznia i przygotowuje do porodu. Pozycje wykorzystywane na zajęciach otwierają biodra, rozciągają nogi i pachwiny, wzmacniają mięśnie dna miednicy oraz pleców. Ważnym elementem zajęć jest także nauka regulacji oddechu raz technik relaksacyjnych.

**instruktorka:** Anna Wołos

### Małe Przedszkolaki

Zajęcia adaptacyjno-edukacyjno dla najmłodszych dzieci (w wieku 1,5 roku – 3 lata), które przygotowują do pracy w grupie. Spotkania Małych Przedszkolaków to przede wszystkim pierwszy trening społeczny dla dziecka, które dopiero zaczyna dostrzegać obecność innych dzieci i uczy się z nimi współpracować.

**instruktorka:** Anna Krauzowicz

### Poznaj(my) się

Zajęcia przygotowują do szybkiej adaptacji przedszkolnej i są przeznaczone dla uczestników w wieku 1,5 roku – 3 lata. Zabawy prowadzone w trakcie zajęć inspirowane są elementami arteterapii i bajkoterapii, a program dydaktyczny opiera się na współcześnie stosowanych metodach psychologicznych i pedagogicznych.

**instruktorka:** Katarzyna Wróbel

## SMYKO-multisensoryka

Zajęcia sensoryczne dla dzieci od 12. miesiąca do 3. roku życia, które stymulują wszystkie 7 zmysłów. Rodzice i opiekunowie poznają – poprzez proste aktywności i zabawę – w jaki sposób prawidłowo stymulować zmysły maluszka, aby wspierać jego rozwój.

**instruktorka:** Katarzyna Wróbel

## W kręgu mam

**nowość w NCK!**

Spotkania dla kobiet w ciąży i z małymi dziećmi, w trakcie których będziemy rozmawiać, słuchać siebie, wspierać się, dodawać sobie otuchy, śmiać się i wzruszać, a przede wszystkim być razem.

**instruktorka:** Magdalena Niemyjska

## Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci

Dzieci rodzą się utalentowane i niezwykle twórcze, a muzykalność jest jedną z wielu dziedzin, do których każdy człowiek ma predyspozycje od chwili narodzin. Tak więc poczucie rytmu, melodii i harmonii nie jest zarezerwowane tylko dla wybranych. Na zajęciach uczymy dzieci muzycznego języka, podobnie jak uczy się języka mówionego. Zajęcia prowadzone metodą prof. E. E. Gordona.

**instruktorki:** Anna Szwegier, Ewa Wicher

## Zwinny maluch

**nowość w NCK!**

Zajęcia gimnastyczno-sportowe z elementami umuzykalniania dla dzieci w wieku 1,5 – 2,5 roku. Na każdym spotkaniu biegamy, skaczymy, turlamy się, poznajemy części ciała, pobudzamy wyobraźnię i uczymy się współpracy ze sobą.

**instruktorka:** Anna Krauzowicz



## Kurs kroju i szycia

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Kurs uczy i prezentuje zasady projektowania ubioru, technik szycia i wykorzystania różnych rodzajów tkanin, dodatków krawieckich i pasmanterii.

**instruktorka:** Daria Rusek

## Przeszyj to sam – kurs przeróbek krawieckich

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Przeróbki i poprawki krawieckie to osobna dziedzina krawiectwa. Na zajęciach prezentowane są sposoby skutecznego i możliwie najszybszego dokonywania wybranych poprawek. Kurs dla osób, które ukończyły podstawowy kurs szycia.

**instruktorka:** Daria Rusek

## Kurs tworzenia gier UNITY

**nowość w NCK!**

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Kurs skierowany do młodzieży i dorosłych, który odkrywa tajniki tworzenia gier, a także pozwala rozwinąć umiejętności programistyczne. Każdy z uczestników będzie tworzył gry, dostosowane do własnych zainteresowań i pomysłów. Zajęcia wspomagają rozwój zdolności logicznych, analitycznych, myślenia abstrakcyjnego i uczą rozwiązywania napotkanych problemów. Kurs obejmuje 6 spotkań, zajęcia odbywają się raz w tygodniu i trwają 120 minut.

**instruktor:** Przemysław Miłowski

## Warsztaty pisania: autobiografia, esej, fikcja **nowość w NCK!**

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Pisziesz do szuflady? Myślisz o tym, żeby wreszcie spisać swoje wspomnienia? Chcesz opowiedzieć historię swojej rodziny? A może po prostu masz pomysł na książkę, ale nie wiesz, jak się za nią zabrać? Warsztaty pisania będą okazją do poznania podstaw warsztatu pisarskiego, literackich form i chwytów. Będziemy dyskutować o własnych (i cudzych) pomysłach, obmyślać rozwiązania kompozycyjne, szlifować zdania, czytać, dyskutować, a przede wszystkim – pisać, dużo pisać.

**prowadzenie:** Maciej Jakubowiak



## Klub podróżników NAVIGATOR

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Spotkania z podróżnikami, relacje z wypraw, pokazy zdjęć i filmów, a także wystawy fotograficzne w Galerii Podróżników.



## Klub Super Mama – wykłady

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Wykłady i spotkania dla rodziców, prowadzone przez specjalistów różnych dziedzin, podejmujące różnorodną tematykę dotyczącą rozwoju psychofizycznego dzieci.

## Najpiękniejsze piosenki

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Comiesięczne spotkania z muzyką na żywo. Podczas koncertów przypomnimy największe przeboje wyjątkowych artystów.

**prowadzenie:** Basia Stępnia-Wilk

### Porozmawiajmy o...

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Cykl spotkań poświęcony zdrowiu, organizowany wspólnie z międzynarodową organizacją kobiecą Soroptimist International.

### Scena Piosenki Autorskiej

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Wyjątkowe, kameralne spotkania z artystami prezentującymi własną twórczość. Podczas koncertów, oprócz muzyki, usłyszymy także historie powstania utworów oraz anegdoty z życia twórców.

**prowadzenie:** Basia Stępnia-Wilk

### Spotkania literackie „liteARTura”

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Spotkania z autorami i wydawcami książek, które mają na celu promowanie ważnych i wartościowych pozycji literackich.

### Życie jest piękne

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Cykl spotkań o ludziach pięknych, silnych i pełnych wyjątkowych pasji, którym zależy, by inni dostrzegli ich ambicje, nietuzinkowy talent i wolę działania, zamiast towarzyszącej im niepełnosprawności.

**prowadzenie:** Monika Meleń

## BIBLIOTEKA

### Biblioteka

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 39

W ciągle wzbogacanym o nowe pozycje księgozbiornie Biblioteki NCK można znaleźć: literaturę piękną, lektury szkolne, literaturę młodzieżową, najnowsze pozycje beletrystyczne i dokumentalne, fantastykę, kryminały, a także literaturę górską, a dla najmłodszych został przygotowany specjalny kącik czytelnicy dla dzieci. W Bibliotece istnieje też możliwość drukowania i kserowania dokumentów, a środki pozyskiwane w ten sposób przeznaczone są na zakup nowości książkowych.



**NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY**

al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków

tel. 12 644 02 66

[nck@nck.krakow.pl](mailto:nck@nck.krakow.pl)

[nck.krakow.pl](http://nck.krakow.pl)



 **Kraków**

sezon  
2024/25  
**OFERTA**



**dla  
seniorów**

nck.krakow.pl

NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY • INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



nowohuckie  
centrum  
kultury



## Taneczny Klub Seniora

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia są okazją nie tylko do poznania tajników tańca towarzyskiego, ale także stanowią doskonałą przestrzeń dla aktywności, dobrej zabawy i nawiązywania kontaktów międzyludzkich. W programie m.in.: samba, walc angielski, walc wiedeński, cha-cha i disco.

**instruktorka:** Ada Wantuch



## Studio Piosenki

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia realizowane są w oparciu o pracę indywidualną. W programie m.in.: ćwiczenia emisji wokalne, ćwiczenia oddechowe, interpretacja tekstu piosenki, praca z akompaniamentem.

**instruktorki:** Joanna Grandys-Wnuk, Małgorzata Hyży-Wypart

## Śpiew klasyczny

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia dla osób, które zawsze lubiły śpiewać, ale nigdy wcześniej nie miały możliwości rozwijania swojego talentu. Lekcje przeznaczone są dla amatorów, którzy dopiero rozpoczynają naukę śpiewu, jak również dla osób zaawansowanych.

**instruktorka:** Dorota Stefańska





### Gimnastyka seniorów program 60+

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia prowadzone są w wolnym tempie, przy odpowiednio dobranej muzyce. Zestaw wyselekcjonowanych ćwiczeń (m.in.: izometrycznych, korekcyjnych, kontrlateralnych, ćwiczeń w pozycjach izolowanych) ma za zadanie utrzymanie sprawności stawów i elastyczności ciała, wyćwiczenie koordynacji i równowagi.

**instruktorka:** Aneta Zatorowska



### Pilates – zdrowy kręgosłup

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Pilates jest uznaną na całym świecie, niezastąpioną metodą ćwiczeń fizycznych, która pozwala na osiągnięcie długotrwałego efektu silnej, smukłej i szczupłej sylwetki. Zajęcia kierowane są do osób w każdym wieku i poziomie sprawności ruchowej, które profilaktycznie chcą zadbać o swoją postawę. Ćwiczenia wzmacniają mięśnie stabilizujące kręgosłup oraz rozluźniają ramiona, kark i szyję, nie obciążają stawów, bo nie zawierają podskoków i dynamicznych ruchów.

**instruktorka:** Anna Kurzydło

**Ceramika dla początkujących** *nowość w NCK!***informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy zajęć najpierw teoretycznie poznają techniki sztuki ceramicznej – modelowanie, zdobienie, szklwienie, a także rys historyczny i dziedzictwo kulturowe ceramiki i rzeźby, a następnie wykonują własne prace. Zajęcia nie tylko są okazją do rozwijania pasji, ale także rozbudzają kreatywność i wyobraźnię, kształtują wrażliwość estetyczną i rozwijają zdolności manualne.

**instruktorka:** Barbara Zgoda**Ceramika dla zaawansowanych** *nowość w NCK!***informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Zajęcia ukierunkowane na rozszerzenie już posiadanej wiedzy i umiejętności z zakresu sztuki ceramicznej. W trakcie zajęć uczestnicy będą realizować złożone projekty łączące różne techniki i materiały.

**instruktorka:** Barbara Zgoda**Ceramika z Mistrzem***nowość w NCK!***informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Cykl autorskich warsztatów, prowadzonych przez wybitnych artystów. Spotkania skierowane do wszystkich pasjonatów ceramiki.



## Grafika warsztatowa

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy warsztatów zapoznają się z tematem grafiki warsztatowej oraz rodzajami druku wypukłego i wklęsłego (linoryt, sucha igła, monotypia). Pod opieką wykwalifikowanego artysty grafika, samodzielnie wykonają projekt oraz matryce, używając profesjonalnych narzędzi (m.in. prasy drukarskiej). Zajęcia skierowane są do osób początkujących, a także do tych, którzy nigdy nie zajmowali się sztuką.

**instruktorka:** Marta Wakuła-Mac

## Klub malarzy amatorów ATELIER

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnikiem zajęć może zostać każdy, kto pragnie pracować nad rozwojem własnych plastycznych talentów lub chce miło spędzić czas – malując i rysując w grupie osób o podobnych zainteresowaniach.

**instruktorka:** Bożena Szuflita

## Pracownia rysunku i malarstwa

---

**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 26

Prowadzący zajęcia artysta malarz i grafik, zakłada indywidualne podejście do każdego kursanta oraz elastyczny program zajęć dostosowany do kierunku zainteresowań uczestników. Pracownia realizuje podstawowe zasady akademickiego programu nauczania, kładąc nacisk na rozwijanie umiejętności malarskich i rysunkowych poprzez klasyczne studium martwej natury, studium postaci oraz zajęcia w plenerze.

**instruktor:** Robert Bubel

## Krakowski Klub Fotograficzny

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 30

Jeden z najstarszych klubów fotograficznych w Polsce, zrzeszający pasjonatów i miłośników fotografii, zarówno amatorów, jak również zawodowych fotografików. Głównym celem KKF jest rozwijanie fotograficznych pasji poprzez szkolenia, prezentacje, warsztaty, a także wystawy, plenery i konkursy.



## Kurs kroju i szycia

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Kurs uczy i prezentuje zasady projektowania ubioru, technik szycia i wykorzystania różnych rodzajów tkanin, dodatków krawieckich i pasmanterii.

**instruktorka:** Daria Rusek

## Przeszyj to sam – kurs przeróbek krawieckich

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Przeróbki i poprawki krawieckie to osobna dziedzina krawiectwa. Na zajęciach prezentowane są sposoby skutecznego i możliwie najszybszego dokonywania wybranych poprawek. Kurs dla osób, które ukończyły podstawowy kurs szycia.

**instruktorka:** Daria Rusek



## Klub podróżników NAVIGATOR

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Spotkania z podróżnikami, relacje z wypraw, pokazy zdjęć i filmów.

## Najpiękniejsze piosenki

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Comiesięczne spotkania z muzyką na żywo. Podczas koncertów przypomnimy największe przeboje wyjątkowych artystów.

**prowadzenie:** Basia Stępnia-Wilk

## Porozmawiajmy o...

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Cykl spotkań poświęcony zdrowiu, organizowany wspólnie z międzynarodową organizacją kobietą Soroptimist International.

## Scena Piosenki Autorskiej

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Wyjątkowe, kameralne spotkania z artystami prezentującymi własną twórczość. Podczas koncertów, oprócz muzyki, usłyszymy także historie powstania utworów oraz anegdoty z życia twórców.

**prowadzenie:** Basia Stępnia-Wilk

## Spotkania literackie „liteARTura”

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Spotkania z autorami i wydawcami książek, mające na celu promowanie ważnych i wartościowych pozycji literackich.

### Życie jest piękne

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 55

Cykl spotkań o ludziach pięknych, silnych i pełnych wyjątkowych pasji, którym zależy, by inni dostrzegli ich ambicje, nietuzinkowy talent i wolę działania, zamiast towarzyszącej im niepełnosprawności.

**prowadzenie:** Monika Meleń



### Biblioteka

---

**informacje:** tel. 12 644 02 66 wew. 39

W ciągle wzbogacanym o nowe pozycje księgozbiórze Biblioteki NCK można znaleźć: literaturę piękną, lektury szkolne, literaturę młodzieżową, najnowsze pozycje beletrystyczne i dokumentalne, fantastykę, kryminały, a także literaturę górską, a dla najmłodszych został przygotowany specjalny kącik czytelniczy dla dzieci. W Bibliotece istnieje też możliwość drukowania i kserowania dokumentów, a środki pozyskiwane w ten sposób przeznaczone są na zakup nowości książkowych.

**NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY**

al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków

tel. 12 644 02 66

[nck@nck.krakow.pl](mailto:nck@nck.krakow.pl)

[nck.krakow.pl](http://nck.krakow.pl)

