



Nowohuckie Centrum Kultury

2025-03-24

Klub Super Mama działający w Nowohuckim Centrum Kultury, to miejsce spotkań i warsztatów dla rodzin z dziećmi oraz oczekujących na potomstwo. Klub funkcjonuje w ramach projektu „Kluby Rodziców” stworzonego przez Urząd Miasta Krakowa.

Harmonogram zajęć Klubu Rodziców w marcu

WTORKI

- godz. 9.00, 10.00, 11.00;

Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci:

zajęcia prowadzone metodą prof. E. E. Gordona w wieku od 0-3 lat z rodzicem/opiekunem

- godz. 9.00;

SMYKO-multisensoryka (grupa młodsza):

zajęcia sensoryczne z elementami umuzykalniania dla dzieci 1-2 lat z rodzicem/opiekunem

- godz. 10.00;

SMYKO-multisensoryka (grupa starsza):

zajęcia sensoryczne z elementami umuzykalniania dla dzieci 1-2 lat z rodzicem/opiekunem

- godz.11.00;

Poznaj(my) się:

zajęcia adaptacyjno-edukacyjne dla najmłodszych dzieci, które przygotowują je do pracy w grupie, dla dzieci 1,5-3 lat z rodzicem/opiekunem

- godz. 11.15;

Fitness z maluszkiem:

zajęcia są propozycją wspólnej aktywności dla mamy z dzieckiem, zajęcia ruchowe dla mam z



dziećmi od 0-1 roku

- godz. 12.00;

Joga dla kobiet w ciąży - ćwiczenia jogi dla kobiet w ciąży są specjalnie wybrane i dopasowane do potrzeb i możliwości przyszłych mam

CZWARTKI

- godz. 9.00, 10.00, 11.00;

Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci:

zajęcia prowadzone metodą prof. E. E. Gordona w wieku od 0-3 lat z rodzicem/opiekunem

- godz. 9.00;

Zwinny maluch:

zajęcia gimnastyczno-sportowe z elementami umuzykalniania dla dzieci 1,5-3 lat z rodzicem/opiekunem

- godz. 10.00;

Małe przedszkolaki:

zajęcia adaptacyjno-edukacyjne dla najmłodszych dzieci, które przygotowują je do pracy w grupie, dla dzieci 1,5-3 lat z rodzicem/opiekunem

- godz. 11.15;

Fitness z maluszkiem:

zajęcia są propozycją wspólnej aktywności dla mamy z dzieckiem, zajęcia ruchowe dla mam z dziećmi od 0-1 roku

- godz. 12.00;

Joga dla kobiet w ciąży - ćwiczenia jogi dla kobiet w ciąży są specjalnie wybrane i dopasowane do potrzeb i możliwości przyszłych mam



**Magiczny
Kraków**

5 marca (środa), godz. 10.00, sala 203 - WYKŁAD „Chustonoszenie jako sekret bliskości z Twoim Maluszkiem”

zapisy: www.strefazajec.pl

KONTAKT:

Nowohuckie Centrum Kultury - Klub Super Mama

al. Jana Pawła II 232

Tel.: 12 644 02 66

E-mail: klubsupermama@nck.krakow.pl

www.nck.krakow.pl