



## **Nowohuckie Centrum Kultury**

2016-01-26

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**

---

#### **WTORKI**

9.00 - Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci

10.00 - Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci

9.00 - SMYKO-multisensoryka - zajęcia sensoryczne z elementami umuzykalniania dla dzieci 1,2-3 lat z rodzicem/opiekunem

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

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

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

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

#### **CZWARTKI**

9.00,10.00 - Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci - zajęcia prowadzone metodą prof. E. E. Gordona w wieku od 0-3 lat z rodzicem/opiekunem

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

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

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



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

**27 października (środa)**

10.30 - Język migowy w komunikacji z małym dzieckiem

Spotkanie poprowadzi tłumaczka i lektorka polskiego języka migowego - Beata Ziarkowska-Kubiak

**Zapisy i informacje:**

www: <https://nck.krakow.pl/klub-super-mama-zajecia-i-wyklady/>

e- mail: [klubsupermama@nck.krakow.pl](mailto:klubsupermama@nck.krakow.pl)

Na każde zajęcia obowiązują osobne zapisy.

wejściówka: 1 zł

**Zapisy i informacje:**

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

Zapisy i informacje:

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

- e-mail: [edukacja@nck.krakow.pl](mailto:edukacja@nck.krakow.pl), [klubsupermama@nck.krakow.pl](mailto:klubsupermama@nck.krakow.pl)
- tel. 12 644 02 66 (wew. 35), 502 133 132



**Magiczny  
Kraków**

**Kontakt:**

Nowohuckie Centrum Kultury

al. Jana Pawła II 232

KLUB SUPER MAMA

Dział Edukacji NCK

e-mail: [klubsupermama@nck.krakow.pl](mailto:klubsupermama@nck.krakow.pl)

tel. 12 644 02 66 wew. 36

strona internetowa: [tutaj](#)