

SPORTOVNÍ A KULTURNÍ PROGRAM

pondělí 28. 5. 2018

13:00 – 15:00	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:15 – 17:00	PROCHÁZKA: ZELENÝ LÁZEŇSKÝ OKRUH — NAD K. STUDÁNKOU *	sraz na recepci Libuše
	Střední náročnost, 4 km.	
18:30	RELAXAČNÍ KERAMICKÝ KURZ „POZITIV“ *	lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 80 Kč)

úterý 29. 5. 2018

14:00 – 15:00	PRŮVODCOVSKÁ PROCHÁZKA PO KARLOVĚ STUDÁNCE	sraz na recepci Libuše
18:30	PŘÁTELSKÝ ZÁPAS V KULEČNÍKU *	sraz na Slezském domě

středa 30. 5. 2018

13:00 – 15:00	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:00 – 15:30	BALANČNÍ CVIČENÍ *	malá tělocvična Libuše
15:30 – 16:30	LUKOSTŘELBA	podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
18:30	PŘEDNÁŠKA: REGENERAČNÍ MEDICÍNA POMOCÍ KMENOVÝCH BUNĚK	salónek Libuše (vstup dobrovolný)

čtvrtek 31. 5. 2018

14:00 – 18:00	PROJÍŽDKA NA KONÍCH — FARMA KARLOVICE	sraz na recepci Libuše
	Zápis pouze do rezervačního listu na recepci.	
15:30 – 17:00	INSTRUKTÁŽ SKÁKÁNÍ NA SEDMIMÍLOVÝCH BOTÁCH *	tělocvična Orlík
	Vyšší náročnost. Omezený počet účastníků.	
18:50	BOWLING V CENTRU STONE, VRBNO POD PRADĚDEM *	sraz na dolním parkovišti
	Zápis probíhá v knihovně. Návrat autobusem cca v 22:30.	

pátek 1. 6. 2018

13:00 – 15:00	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:30 – 16:30	LUKOSTŘELBA	podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
18:30	HRANÍ MEZI OBRAZY NA KYTARU	salónek Libuše (vstupné dobrovolné)

sobota 2. 6. 2018

19:00	PŘEDNÁŠKA: LÁZEŇSTVÍ A JEHO METODY	velká jídelna Libuše
	Přednáší MUDr. Jan Vrabec	

neděle 3. 6. 2018

4:00 – 6:00	PROCHÁZKA NA VÝCHOD SLUNCE — ROLANDŮV KÁMEN *	sraz na recepci Libuše
10:00 – 15:00	VÝLET NA ZÁMEK V BRUNTÁLE A PROHLÍDKA PIVOVARU HASIČ S OCHUTNÁVKOU PIV *	sraz na recepci Libuše
	Cena výletu 195 Kč + doprava. Zápis a platba probíhá v knihovně.	

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA

SPORTOVNÍ A KULTURNÍ PROGRAM

Aktivity označeny * jsou limitovány počtem účastníků, nutná rezervace v lázeňských kioscích.

pondělí 4. 6. 2018

13:00 – 14:30 KNIHOVNA
15:00 – 15:30 **BALANČNÍ CVIČENÍ ***
15:30 – 16:30 LUKOSTŘELBA
18:30 RELAXAČNÍ KERAMICKÝ KURZ „POZITIV“ *
18:30 POSEZENÍ NA HVĚZDĚ S HARMONIKOU
K poslechu a tanci hraje **DUO Hvězda**.

LD Bezruč
tělocvična Orlík
podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 80 Kč)
sraz na recepci Libuše

úterý 5. 6. 2018

13:00 – 14:30 KNIHOVNA
14:00 – 15:00 PRŮVODCOVSKÁ PROCHÁZKA PO KARLOVĚ STUDÁNCE
15:00 – 17:00 ZDOBNÍ DŘEVA PÁJKOU *
15:30 CHOZENÍ PO SLACK LAJNĚ
18:30 PŘEDNÁŠKA: NÍZKONÁKLADOVÉ CESTOVÁNÍ – NORSKO

LD Bezruč
sraz na recepci Libuše
lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 50 Kč)
sraz před budovou ředitelství
salónek Libuše (vstup dobrovolný)

středa 6. 6. 2018

13:00 – 14:30 KNIHOVNA
15:00 – 16:00 LUKOSTŘELBA
15:30 – 17:00 ZDOBNÍ KVĚTINÁČŮ UBROUSKOVOU TECHNIKOU *
18:30 – 20:00 VZNEŠENÁ ŘEMESLA: DRÁTENICTVÍ *
18:30 PŘEDNÁŠKA: REGENERAČNÍ MEDICÍNA POMOCÍ KMENOVÝCH BUNĚK

LD Bezruč
podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 50 Kč)
lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 60 Kč)
salónek Libuše (vstup dobrovolný)

čtvrtek 7. 6. 2018

13:00 – 14:30 KNIHOVNA
14:00 – 18:00 PROJÍŽDKA NA KONÍCH – FARMA KARLOVICE
Zápis pouze do rezervačního listu na recepci.
14:30 – 16:00 **PROCHÁZKA: MODRÝ LÁZEŇSKÝ OKRUH ***
Střední náročnost, 4 km. Minimální účast 3 osoby.
19:00 **TANEČNÍ ZÁBAVA**
K poslechu a tanci hraje Petr Weiser.

LD Bezruč
sraz na recepci Libuše
sraz na recepci Libuše
letní lázně (vstup dobrovolný)

pátek 8. 6. 2018

13:00 – 14:30 KNIHOVNA

LD Bezruč

sobota 9. 6. 2018

8:00 – 14:00 DIAGNOSTIKA TĚLA S KOSMETICKÝM PORADENSTVÍM

malá tělocvična Libuše

neděle 10. 6. 2018

9:00 – 16:00 **ZÁJEZD NA DLOUHÉ STRÁNĚ, EXKURZE DOLNÍ I HORNÍ NÁDRŽE**
Cena výletu 250,- Kč. *Zápis a platba probíhá pouze v knihovně.*

sraz na recepci Libuše

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA

SPORTOVNÍ A KULTURNÍ PROGRAM

Aktivity označeny * jsou limitovány počtem účastníků, nutná rezervace v lázeňských kioscích.

pondělí 11. 6. 2018

13:00 – 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:00 – 15:30	BALANČNÍ CVIČENÍ *	tělocvična Orlík
15:30 – 16:30	LUKOSTŘELBA	podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
18:30	RELAXAČNÍ KERAMICKÝ KURZ „POZITIV“ *	lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 80 Kč)

úterý 12. 6. 2018

13:00 – 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
14:00 – 15:00	PRŮVODCOVSKÁ PROCHÁZKA PO KARLOVĚ STUDÁNCE	sraz na recepci Libuše
15:30	CHOZENÍ PO SLACK LAJNĚ	sraz před budovou ředitelství
19:00	PŘEDNÁŠKA: „KDO JSOU ŽIDÉ?“	salónek Libuše (vstup 40 Kč)

středa 13. 6. 2018

13:00 – 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:00 – 15:30	BALANČNÍ CVIČENÍ *	tělocvična Orlík
15:30 – 17:00	VÝROBA LAPAČE SNŮ *	lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 60 Kč)
15:00 – 16:00	STŘELBA Z KUŠE	podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
19:00	PŘEDNÁŠKA: NA KOLE DO HOR A ZAPADLÝCH KOUTŮ GRUZIE	salónek Libuše (vstupné dobrovolné)

čtvrtek 14. 6. 2018

13:00 – 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
14:00 – 18:00	PROJÍŽDKA NA KONÍCH — FARMA KARLOVICE Zápis pouze do rezervačního listu na recepci.	sraz na recepci Libuše
15:00 – 17:00	PROCHÁZKA: ZELENÝ LÁZEŇSKÝ OKRUH — HUBERTKA * Střední náročnost, 4 km. Minimální účast 3 osoby.	sraz na recepci Libuše

pátek 15. 6. 2018

13:00 – 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:00 – 17:00	VYRÁBÍME Z FIMO HMOTY	lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 70 Kč)
15:00 – 16:00	LUKOSTŘELBA	podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
18:30	COUNTRY HUŇAČ	
19:00	CESTOPISNÁ PŘEDNÁŠKA: KANADA	velká jídelna Libuše (vstup 50 Kč)

sobota 16. 6. 2018

VERNISÁŽ + VÝSTAVA

neděle 17. 6. 2018

9:00 — 17:00

ZÁJEZD DO KRNOVA S NÁVŠTĚVOU SYNAGOGY A FLEMMICHOVY VILY *

sraz na recepci Libuše

Cena výletu 150 Kč. Zápis probíhá v knihovně.

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA

SPORTOVNÍ A KULTURNÍ PROGRAM

Aktivity označeny * jsou limitovány počtem účastníků, nutná rezervace v lázeňských kioscích.

pondělí 18. 6. 2018

13:00 — 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:00 — 15:30	BALANČNÍ CVIČENÍ *	tělocvična Orlik
15:00 — 16:00	LUKOSTŘELBA	podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
18:30	RELAXAČNÍ KERAMICKÝ KURZ „POZITIV“ *	lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 80 Kč)
18:30	POSEZENÍ NA HVĚZDĚ S HARMONIKOU — DUO HVĚZDA	sraz na recepci Libuše

úterý 19. 6. 2018

13:00 — 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
14:00 — 15:00	PRŮVODCOVSKÁ PROCHÁZKA PO KARLOVĚ STUDÁNCE	sraz na recepci Libuše
15:30	CHOZENÍ PO SLACK LAJNĚ	sraz před budovou ředitelství
19:00	VEČER PLNÝ HLAVOLAMŮ	salónek Libuše

středa 20. 6. 2018

13:00 — 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:00 — 16:00	STŘELBA Z KUŠE	podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
15:00 — 17:00	PROCHÁZKA: MODRÝ LÁZEŇSKÝ OKRUH — ROLANDŮV KÁMEN *	sraz na recepci Libuše
	Střední náročnost, 4 km. Minimální účast 3 osoby.	
18:30 — 20:00	VZNEŠENÁ ŘEMESLA: VÝROBA SÝRU *	lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 100 Kč)

čtvrtek 21. 6. 2018

13:00 — 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
14:00 — 18:00	PROJÍŽDKA NA KONÍCH — FARMA KARLOVICE	sraz na recepci Libuše
	Zápis pouze do rezervačního listu na recepci.	
14:00 — 17:00	PROCHÁZKA PO ZELÉNÉ NA OVČÁRNU *	sraz na recepci Libuše
	Vyšší náročnost, 5 km. Cesta zpět autobusem.	

pátek 22. 6. 2018

13:00 — 14:30	KNIHOVNA	LD Bezruč
15:00 — 17:00	TURNAJ VE SPOLEČENSKÝCH HRÁCH	společenská místnost Libuše
15:30 — 16:30	LUKOSTŘELBA	podloubí Libuše (vstup 20 Kč)
19:00	BASTLOVÁ	

sobota 23. 6. 2018

8:00 — 14:00	DIAGNOSTIKA TĚLA S KOSMETICKÝM PORADENSTVÍM AKTIVITA PRAKTIKANT	salónek Libuše
--------------	--	----------------

neděle 24. 6. 2018

9:00 – 15:00

PROCHÁZKA BÍLOU OPAVOU NA PRADĚD *

Vysoká náročnost 10 km

sraz na recepci Libuše

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA

SPORTOVNÍ A KULTURNÍ PROGRAM

Aktivity označeny * jsou limitovány počtem účastníků, nutná rezervace v lázeňských kioscích.

pondělí 25. 6. 2018

13:00 – 14:30

KNIHOVNA

LD Bezruč

15:00 – 16:00

LUKOSTŘELBA

15:00 – 17:00

PROCHÁZKA: ČERVENÝ LÁZEŇSKÝ OKRUH – HVĚZDA

sraz na recepci Libuše

Střední náročnost, 3 km. Minimální účast 3 osoby.

15:00 – 17:00

*

18:30

RELAXAČNÍ KERAMICKÝ KURZ „POZITIV“ *

lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 80 Kč)

úterý 26. 6. 2018

13:00 – 14:30

KNIHOVNA

LD Bezruč

14:30 – 15:00

PRŮVODCOVSKÁ PROCHÁZKA PO KARLOVĚ STUDÁNCE

sraz na recepci Libuše

15:00 – 17:00

MALOVÁNÍ NA PLÁTĚNÉ TAŠKY *

lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 80 Kč)

15:30

CHOZENÍ PO SLACK LAJNĚ

sraz před budovou ředitelství

středa 27. 6. 2018

13:00 – 14:30

KNIHOVNA

LD Bezruč

15:00 – 17:00

PROCHÁZKA: VYHLÍDKA NAD LUDVÍKOVEM *

sraz na recepci Libuše

Nízká náročnost, 7 km. Minimální účast 3 osoby.

15:00 – 16:00

STŘELBA Z KUŠE

podloubí Libuše (vstup 20 Kč)

18:30 – 20:00

VZNEŠENÁ ŘEMESLA: VÝROBA POSTAVIČEK Z VLNY *

lázeňská dílnička Slezský dům (vstup 60 Kč)

19:00

KYTAROVÝ KONCERT LIBORA JANEČKA

velká jídelna Libuše

čtvrtek 28. 6. 2018

13:00 – 14:30

KNIHOVNA

LD Bezruč

14:00 – 18:00

PROJÍŽDKA NA KONÍCH – FARMA KARLOVICE

sraz na recepci Libuše

Zápis pouze do rezervačního listu na recepci.

15:00 – 17:00

PROCHÁZKA: MODRÝ LÁZEŇSKÝ OKRUH – ROLANDŮV KÁMEN *

sraz na recepci Libuše

Střední náročnost, 4 km. Minimální účast 3 osoby.

pátek 29. 6. 2018

13:00 – 14:30

KNIHOVNA

LD Bezruč

sobota 30. 6. 2018

10:00

EKO DEN

neděle 1. 7. 2018

ZMĚNA PROGRAMU VYHAZENÁ