



**Magiczny
Kraków**

NCK: oferta dla seniorów

2017-09-29

Nowohuckie Centrum Kultury, Al. Jana Pawła II 232 zaprasza seniorów do skorzystania z oferty na nowy sezon. Zapisy na zajęcia dla seniorów już trwają.

Taneczny Klub Seniora

Program obejmuje naukę popularnych tańców towarzyskich: walców angielskiego i wiedeńskiego, tanga, fokstrota, samby, cha-chy, disco oraz innych tańców zespołowych. Taneczne spotkania to doskonały czas na kontakty towarzyskie, na pobudzenie umysłu, poprawienie kondycji fizycznej i wyzwolenie pozytywnych emocji.

Hatha Joga

Hatha joga to system pracy z ciałem, oddechem i psychiką oparty na wielowiekowej tradycji indyjskiej. Jest to uniwersalna sztuka pozwalająca odnaleźć równowagę, spokój i odprężenie.

Kurs witrażu i biżuterii Tiffany

Warsztaty witrażu są adresowane do osób początkujących. Kurs trwa miesiąc (12 h). Jego celem jest wprowadzenie w technikę witrażu. W trakcie trwania kursu uczestnicy uczą się ciąć szkło, poznają niezbędne do tego narzędzia, uczą się bezpiecznie je użytkować i samodzielnie wykonują witrażowy obraz o średnim stopniu komplikacji (do 25 elementów).

ZAJĘCIA CYKLICZNE

Klub przyjaciół psychologii

Spotkania i warsztaty dla osób interesujących się psychologią, poznaniem samego siebie i innych, rozwojem osobistym i tworzeniem harmonijnych relacji z innymi ludźmi – w rodzinie, wśród znajomych i przyjaciół, w pracy.

Klub podróżników NAVIGATOR

Cykliczne spotkania z podróżnikami, relacje z wypraw, pokazy zdjęć i filmów, a także wystawy fotograficzne.

Religia, filozofia, kultura

Cykl wykładów obejmujących najistotniejsze zagadnienia filozofii starożytnej, chrześcijańskiej, nowożytnej i współczesnej, w tym etyki i kultury. Wykłady pozwalają zrozumieć procesy zachodzące we współczesnym świecie i mechanizmy uwarunkowań kulturalnych współczesnych cywilizacji.

Zdrowie i medycyna

Spotkania z wybitnymi lekarzami różnych specjalizacji dotyczące najnowszych osiągnięć



**Magiczny
Kraków**

w profilaktyce i leczeniu schorzeń, a także prezentacja różnych dziedzin medycyny naturalnej.

Salon Literacko Muzyczny

Salon Literacko Muzyczny został stworzony w celu promowania ważnych i wartościowych zjawisk kulturalnych. Raz w miesiącu, na scenie sali teatralnej, odbywa się spotkanie z autorami i wydawcami książek oraz artystami sceny muzycznej.

Spotkania z piosenką

Impreza przeznaczona dla miłośników polskiej piosenki, którzy chcą przyjemnie i aktywnie spędzić czas, słuchając i śpiewając ulubione przeboje XX wieku.

Pełny wykaz zajęć na stronie: www.nck.krakow.pl i w załączniku poniżej.

[OFERTA NCK DLA SENIORÓW \[DO POBRANIA\]](#)