

13:00 - 13:50

Open fitness aktivity - otevřený trénink s teamem Davida Hufa
Zacvičte si s Prahou 6, Petřiny hřiště pro seniory, Čílova ulice

14:00 - 14:50

Fit jóga pro maminky a 50 + - otevřený trénink (hlídání dětí zajištěno, nutno vlastní podložky pro cvičení vleže) - cvičíme s teamem Davida Hufa
Zacvičte si s Prahou 6, Lotyšské náměstí

15:00 - 18:00

Den otevřených dveří - prohlídka zařízení s programem pro veřejnost
o.s. Prev-Centrum, Meziškolská 1120/2 - vchod z ulice Anastázova

15:00 - 18:00

Cyklistika - otevřený trénink pro veřejnost
TJ DUKLA Praha, stadion Juliska

15:00 - 20:00

Den otevřených dveří - prohlídka ateliéru
Ateliér Kaštan, Bělohorská 150

15:00 - 20:00

Den umělců pro zájemce o fotografování a malování
Dům dětí a mládeže hlavního města Prahy - Stanice techniků, Pod Juliskou 2a

16:00 - 18:00

Atletika - otevřený trénink pro veřejnost
TJ DUKLA Praha, stadion Juliska

16:00 - 18:00

Šachy - otevřený trénink pro veřejnost
TJ DUKLA Praha, zasedací místnost na ubytovně Juliska, Podbabská 1

16:00 - 19:00

Lezení na umělé stěně - otevřený trénink (vybavení zajištěno)
Gymnázium Jana Keplera, Parléřova 118/2

16:30 - 17:30

Kondiční trénink pod dohledem profesionálního trenéra
FK Dukla Praha, stadion Juliska

16:30 - 19:30

Házená - otevřený trénink pro veřejnost
TJ DUKLA Praha, nafukovací hala Juliska

17:00 - 18:00

Otevřený trénink pro děti a mládež - dívky - košíková, chlapci - kopaná
SK Aritma, Nad Lávkou 5

18:30 - 20:00

Plavání - otevřený trénink pro veřejnost
TJ DUKLA Praha, plavecký bazén na stadionu Juliska

pátek 18. 9. 09

13:00 - 18:00

Den otevřených dveří
Městská policie Prahy 6, Českomalínská 25

15:00 - 18:00

Atletika - otevřený trénink pro veřejnost
TJ DUKLA Praha, stadion Juliska

15:00 - 20:00

Den otevřených dveří - prohlídka ateliéru
Ateliér Kaštan, Bělohorská 150

sobota 19. 9. 09

9:00 - 17:00

Den otevřených dveří
Muzeum městské hromadné dopravy v Praze, Patočkova 4 - vozovna Střešovice

10:00 - 12:00

Golf - trénink s osobním trenérem zdarma
Golf Klub Divoká Šárka, Nad Lávkou 5 - zadní část kempu Džbán - driving Divoká Šárka

11:00 - 22:00

Ladronkafest - největší festival volného času v ČR U rampa, kitesport, brusle, capoeira, parkour, freebording, rugby, americký fotbal, workshopy, výtvarné dílny, koncerty, soutěže, módní přehlídka, neziskové organizace a mnoho dalšího, skvělé jídlo a pití
- moderují Lenny Trčková a Jirka Mádl
- park Ladronka, vstup zdarma
více informací na www.ladronkafest.cz

**Od 10:30**

Hokejové utkání HC Hvězda Praha: SK Kadaň (mladší dorost)
HC Hvězda Praha, Na Rozdílů 1, Vokovice

14:00 - 18:00

Hokejové utkání HC Hvězda Praha: HC Příbram (5. a 6. tř.)
HC Hvězda Praha, Na Rozdílů 1, Vokovice

18:30 - 20:30

Vstup zdarma na veřejné bruslení
HC Hvězda Praha, Na Rozdílů 1, Vokovice

neděle 20. 9. 09

9:00 - 17:00

Den otevřených dveří - Muzeum MHD
Muzeum městské hromadné dopravy v Praze, Patočkova 4 - vozovna Střešovice

10:15

Fotbalový zápas FK Dukla Praha: Doubravka - Mistrovské divizní utkání (4. liga)
FK Dukla Praha, stadion Juliska

10:30 - 13:00

Hokejové utkání HC Hvězda Praha: HC Kobra Praha (starší dorost)
HC Hvězda Praha, Na Rozdílů 1, Vokovice

17:00 - 19:00

Vstup zdarma na veřejné bruslení
HC Hvězda Praha, Na Rozdílů 1, Vokovice

TÝDEN
ZDRAVÉ
SESTKY

14. – 20. 9. 09

**Tradiční přehlídka organizací, oddílů a sdružení
na Praze 6 poskytujících programy volného času
pro děti i dospělé.**

**Dny otevřených dveří s programem, volné vstupy,
výtvarné dílny, otevřené tréninky, sportovní utkání
a mnoho dalšího.**

Vše zdarma a k vyzkoušení!

pondělí 14. 9. 09

10:00 - 10:50

Open fitness aktivity 50 + - otevřený trénink s teamem Davida Hufa
[Zacvičte si s Prahou 6, Petřiny hřiště pro seniory, Čílova ulice](#)

15:00 - 15:50

Nordic walking a strečink pro maminky a 50 + - otevřený trénink (hlídání dětí zajištěno) - cvičíme s teamem Davida Hufa
[Zacvičte si s Prahou 6, Ladronka](#)

15:00 - 18:00

Cyklistika - otevřený trénink pro veřejnost
[TJ DUKLA Praha, stadion Juliska](#)

15:00 - 20:00

Den otevřených dveří - prohlídka ateliéru
[Ateliér Kaštan, Bělohorská 150](#)

15:15 - 16:30

Den otevřených dveří - ukázka tréninku druholigového fotbalového mužstva
[FK Dukla Praha, stadion Juliska](#)

16:00 - 18:00

Atletika - otevřený trénink pro veřejnost
[TJ DUKLA Praha, stadion Juliska](#)

16:00 - 18:00

Šachy - otevřený trénink pro veřejnost
[TJ DUKLA Praha, zasedací místnost na ubytovně Juliska, Podbabská 1](#)

16:00 - 19:00

Lezení na umělé stěně - otevřený trénink (vybavení zajištěno)
[Gymnázium Jana Keplera, Parlérova 118/2](#)

16:30 - 19:30

Házená - otevřený trénink pro veřejnost
[TJ DUKLA Praha, nafukovací hala Juliska](#)

17:00 - 18:00

Atletika - otevřený trénink pro veřejnost
[SK Aritma, Nad Lávkou 5](#)

17:00 - 20:00

Taekwondo - otevřený trénink pro veřejnost
[Taekwon-DO ITF Sonkal Praha, ZŠ Petřiny - jih, Šantrochova 2/1800](#)

18:30 - 20:00

Plavání - otevřený trénink pro veřejnost
[TJ DUKLA Praha, plavecký bazén na stadionu Juliska](#)

úterý 15. 9. 09

9:00 - 9:50

Pilates pro maminky a 50 + - otevřený trénink (hlídání dětí zajištěno, nutno vlastní podložky) - cvičíme s teamem Davida Hufa
[Zacvičte si s Prahou 6, park Ladronka](#)

10:00 - 10:50

Open fitness aktivity 50 + - otevřený trénink s teamem Davida Hufa
[Zacvičte si s Prahou 6, Petřiny hřiště pro seniory, Čílova ulice](#)

11:00 - 11:50

Nordic walking a strečink - otevřený trénink s teamem Davida Hufa
[Zacvičte si s Prahou 6, park Ladronka](#)

14:00 - 19:00

Den otevřených dveří výtvarného studia
[STUDIO PALETA, Bělohorská 1421/92](#)

15:00 - 17:00

Moderní pětiboj - otevřený trénink pro veřejnost
[TJ DUKLA Praha, stadion Juliska](#)

15:00 - 20:00

Den otevřených dveří - prohlídka ateliéru
[Ateliér Kaštan, Bělohorská 150](#)

15:00 - 20:00

Den tanečníků pro zájemce o různé druhy tanců
[Dům dětí a mládeže hlavního města Prahy - Stanice techniků, Pod Juliskou 2a](#)

15:30

Veřejné závody v atletice
[TJ DUKLA Praha, stadion Juliska](#)

16:00 - 18:00

Cyklistika - otevřené tréninky pro veřejnost
[TJ DUKLA Praha, stadion Juliska](#)

16:00 - 19:00

Lezení na umělé stěně - otevřený trénink (vybavení zajištěno)
[Gymnázium Jana Keplera, Parlérova 118/2](#)

17:00

Baseball - otevřený trénink pro veřejnost
[Baseballový klub Kotlářka, Hřiště Kotlářka „Na Markétě“, Zvoníčкова ulice](#)

17:00 - 18:00

Tenis - otevřený trénink pro děti a mládež
[SK Aritma, Nad Lávkou 5](#)

středa 16. 9. 09

10:00 - 12:00

Den otevřených dveří - interaktivní program pro rodiče s malými dětmi
12:00 - 17:00 - keramika
[Centrum inspirace a tvořivosti, Charlese de Gaulla 18](#)

10:00 - 20:00

Představení kroužků - hudební nástroje, zpěv, výuka jazyků, šachy, počítače, cvičení pro děti i dospělé, jóga, zdravotní cvičení, předškolková výchova dětí
[Kulturní středisko Průhon, Socháňova 1220](#)

10:00 - 20:00

Den otevřených dveří
[POPMUSEUM, KC Kaštan, Bělohorská 150](#)

14:30 - 16:00

Zábavné fotbalové odpoledne plné her pro děti 4-10 let
[SK Střešovice 1911, hřiště s umělou travou - Cukrovarnická 62](#)

15:00 - 18:00

Den otevřených dveří
[Policie ČR, Místní oddělení Vokovice, Arabská 732/16](#)

15:00 - 20:00

Den otevřených dveří - prohlídka ateliéru
[Ateliér Kaštan, Bělohorská 150](#)

15:00 - 20:00

Den techniků a modelářů pro zájemce o počítače, počítačovou grafiku, elektroniku, robotiku, letecké, železniční a tramvajové modely
[Dům dětí a mládeže hlavního města Prahy - Stanice techniků, Pod Juliskou 2a](#)

16:00 - 19:00

Lezení na umělé stěně - otevřený trénink (vybavení zajištěno)
[Gymnázium Jana Keplera, Parlérova 118/2](#)

16:00 - 18:00

Atletika - otevřený trénink pro veřejnost
[TJ DUKLA Praha, stadion Juliska](#)

17:00 - 20:00

Taekwondo - otevřený trénink
[Taekwon-DO ITF Sonkal Praha, ZŠ Petřiny - jih, Šantrochova 2/1800](#)

17:30

Zápas Kotlářka Praha : Tempo Praha (Pražský přebor mužů)
[Baseballový klub Kotlářka, Hřiště Kotlářka „Na Markétě“, Zvoníčкова ulice](#)

19:00

Vzpomínka na Hugo Haase s promítáním
[Kulturní středisko Průhon, Socháňova 1220](#)

kontakty

Ateliér Kaštan - MgA. Jitka Hilská, 604 562 146, jitka.hilska@seznam.cz, [www.atelierkastan.cz](#) ● **Baseballový klub Kotlářka** - Petr Baroch, 736 682 453, [petr.baroch@kotlarka.com](#), [www.kotlarka.com](#) ● **Centrum inspirace a tvořivosti** - Helena Vostradovská, 721 770 462, [helena@obcanskainspirace.cz](#), [www.obcanskainspirace.cz](#) ● **Cvičíme s Prahou 6**, [www.davidhuf.cz](#) ● **DDM hl. m. Prahy - Stanice techniků** - PaedDr. Jiří Vašák, 777 706 588, [vasak@ddmpraha.cz](#), [www.ddmpraha.cz](#) ● **FK Dukla Praha** - Petr Voženílek, 608 311 709,

[petr.vozenilek@volny.cz](#), [www.fkdukla.cz](#) ● **Golf Klub Divoká Šárka** - Bedřich Bort, 774 719 225, [bedrichbort@drds.cz](#), [www.drds.cz](#) ● **Gymnázium Jana Keplera** - Tomáš Kupka, [kupka@gjk.cz](#), [www.gjk.cz](#) ● **HC Hvězda Praha** - Mgr. Josef Reigl, 602 765 300, [reagge@atlas.cz](#), [www.hokejhvezda.cz](#) ● **Kulturní středisko Průhon** - 235 313 289, [ks-pruhon@volny.cz](#), [www.volny.cz/ks-pruhon](#) ● **Ladronkafest**, [www.ladronkafest.cz](#) ● **Muzeum městské hromadné dopravy v Praze** - Ing. Milan Pokorný, 296 124 900, [pokornym@dpp.cz](#), [www.dpp.cz/muzeum-mhd](#) ● **o.s. Prev-Centrum** - Markéta Adamová,

[www.prevcentrum.cz](#) ● **POPMUSEUM** - Aleš Opekar, 776 141 531, [info@popmuseum.cz](#), [www.popmuseum.cz](#) ● **SK Aritma** - Ivan Čížek, [cizek@skaritma.cz](#), [www.aritma.cz](#) ● **SK Střešovice 1911** - Ing. Pavel Ducháček, 602 552 170, [stresovice@volny.cz](#), [www.sk-stresovice-1911.cz](#) ● **STUDIO PALETA** - Kateřina Šormová, 776 552 554, [www.studiopaleta.com](#) ● **Taekwon-DO ITF Sonkal Praha** - Ing. Vladimír Švanda, 774 874 664, [www.sonkal.taekwondo.cz](#) ● **TJ DUKLA Praha** - Alena Stýblová, 224 321 405, [styblova@dukla.cz](#), [www.dukla.cz](#)