

Aktivity v Březiněvsi

#VBREZINEVSITOZIJE

'23

PŘEHLED
VOLNOČASOVÝCH
AKTIVIT PRO DĚTI
I DOSPĚLÉ



Obsah

04

TENISOVÝ ODDÍL

Představení
TJ Březiněves – tenisový oddíl

06

KC BĚČKO

Představení
Komunitního centra Běčko

08

FOTBAL

Představení
TJ Březiněves – fotbal

10

SDH BŘEZINĚVES

Představení
Sboru dobrovolných hasičů
Praha-Březiněves

12

KNIHOVNA

Představení
Knihovny MČ Praha-Březiněves

14

KLUB PSÍCH SPORTŮ

Představení
Klubu psích sportů Březiněves

15

STŘELECKÝ KLUB

Představení
Sportovního střeleckého klubu Březiněves

16

RYBÁŘI

Představení
Rybářů Březiněves

18

ČESKÝ SVAZ ZAHRÁDKÁŘŮ

Představení
Základní organizace Českého svazu
zahrádkářů Praha-Březiněves

20

ZUMBA

Představení
TJ Březiněves – zumba

22

FitPULS

Představení
Fitness centra FitPULS



TJ BŘEZINĚVES – TENISOVÝ ODDÍL



Historie tenisových kurtů v Březiněvesi sahá do roku 1983. Tehdy byly svépomocí občanů vybudovány dva asfaltové kurty. Přilehlé šatny se sociálním zařízením byly zprovozněny v roce 1987. V roce 1994 došlo vlivem velmi nepříznivého deštivého počasí k zanesení téměř celého tenisového areálu vysokou vrstvou bahna z okolních polí. To mělo za následek zničení povrchu a tím i ukončení činnosti tenisového oddílu.

Oživení nastalo v roce 2005, kdy proběhla první velká rekonstrukce kurtů. Na asfaltový povrch byl položen povrch umělý, na kterém se již dalo hrát mnohem komfortněji. Zajímavá byla i možnost hry za umělého osvětlení. Po svém znovuzaložení v březnu 2005 sdružoval TO průběžně cca 20–30 tenistů.

Dalším milníkem byla nucená rekonstrukce po bleskových povodních

v červnu v roce 2018. Ta zahrnovala zbudování vodopropustného podloží a moderního, barevně vyladěného a téměř bezúdržbového povrchu.

Aktuálně bylo zázemí rozšířeno o jeden antukový kurt, který je přednostně určen pro výuku a trénink dětí. Přesto jsou kapacity TO využity na maximum, týká se to především kategorie dětí, která má 40 členů, o které se stará celkem 7 trenérů.

SPOLKOVÝ DEN 09. 09. 2023

- V sobotu od 9 hodin zveme všechny příznivce tenisu na tradiční turnaj čtyřher.

TENISOVÝ ODDÍL

ČLENSKÁ ZÁKLADNA:

35 členů dospělí, 40 členů dětí a mládež do 18 let, 7 trenérů mládeže, ostatní zájemci.

SPORTOVIŠTĚ A ZÁZEMÍ:

2x kurt s umělým povrchem a s večerním osvětlením, 1x antukový kurt, klubovna, krytá terasa, sklady materiálu.

NABÍDKA AKTIVIT:

Členství v oddílu pro děti i dospělé (omezeno kapacitami sportoviště, přijímání nových členů reguluje výbor TO).

PÉČE O DĚTI A MLÁDEŽ:

Tenisová akademie jaro–podzim, tenisový kemp v srpnu, vyspělejší mládež – možnost hostování v tenisovém oddílu TJ Sokol Vysočany.

TURNAJE:

Každoroční tradiční turnaje dvouher a čtyřher.

REZERVACE KURTŮ

- přes rezervační systém na webových stránkách <https://sport-mcb.e-rezervace.cz/Branch/pages/Schedule.faces>

KONTAKTY

- www.brezinevestenis.cz
- Ing. Jan Vocol, předseda tenisového oddílu a předseda TJ +420777275080, janvocol@tiscali.cz



KOMUNITNÍ CENTRUM BÉČKO



Béčko zahájilo svou činnost v říjnu roku 2022. V průběhu prvního roku své činnosti nabídlo širokou škálu aktivit pro všechny věkové kategorie. V prostorách komunitního centra se uskutečňují setkání seniorů, programy pro děti a mládež a workshopy pro dospělé. V létě probíhalo pravidelné promítání letního kina a příměstský tábor. Prostory komunitního centra slouží také k pronájmu na dětské oslavy a soukromé akce.

KREATIVNÍ DÍLNÍČKY PRO DĚTI A WORKSHOPY PRO DOSPĚLÉ

KC Béčko pravidelně pořádá tématické kreativní dílny pro děti i dospělé. Pokud rádi tvoříte, sledujte dění na FB stránce KC Béčko Břežiněves, kde vás o jednotlivých akcích vždy informujeme. Přihlásit

se na ně pak můžete na webových stránkách www.kcbecko.cz.

TANEČNÍ KROUŽEK PRO DĚTI BŘEZŇOVÁČEK

• Náplní souboru Břežňováček je taneční a pohybová průpra-

va vhodná pro děti předškolního a mladšího školního věku. Na hodinách společně tančíme, cvičíme a hrajeme nejrůznější hry. Během školního roku pak svými vystoupeními zpestřujeme program na kulturních akcích pořádaných v naší městské části.

• Kroužek probíhá každé úterý od 15:15 v sále KC Béčko. Přihlášení probíhá na webových stránkách www.kcbecko.cz.

OSCAR'S ENGLISH CENTRE

• OSCAR'S English Centre nabízí v KC Béčko skupinové lekce a aktivity v anglickém jazyce pro děti i dospělé. Aktivity zahrnují nejen klasickou výuku angličtiny, ale také angličtinu pro nejmenší v brežiněveské školce, doučování a přípravu v rámci základní školy/gymnázia, Business English a v neposlední řadě i letní příměstské tábory. Dokážeme vyjít vstříc i speciálním a individuálním požadavkům.

• Pro více informací či domluvení zkušební hodiny prosím kontaktujte Veroniku (ČJ) +420 725 843 774 nebo Alexe (EN) +420 778 770 052.

Najdete nás také na FB: OSCAR'S English Centre.

PILATES S MAŤHOU

• Jmenuji se Michaela Mařha a jsem certifikovaná pohybová specialista. V našem Komunitním centru se jednoduše řečeno starám o váš zdravý pohyb. Vedu lekce Pilates Clinic. Lekce mají jasný cíl: Společně se zaměříme na držení těla, zmírnění bolesti zad, pohybového aparátu nebo třeba zlepšení funkcí vnitřních orgánů. Chci, abyste se každým dnem cítili lépe a lépe. I já jsem si prošla krušným obdobím, a právě proto jsem se vrhla na Pilates Clinic.

• Lekce probíhají vždy v úterý od 19:00 do 20:00. Přihlásit se můžete na telefonním čísle +420 604 773 919 nebo na emailu michaela@mathapilates.cz

REBEL'S TEAM PRAGUE

• Moderní gymnastika s Rebel's Team Prague! Od září se můžete v Komunitním centru Béčko každou středu od 14:30 těšit na lekci moderní gymnastiky a každý čtvrtek od 17:00 na lekci Fitness Freestyle/ Acrobatic. Lekce jsou vhodné pro děti od 4 do 15 let. V průběhu roku

jsou pořádány tábory, soustředění a různorodý program pro děti.

• Rebel's Team Prague se v roce 2022 stal nejúspěšnějším klubem fitness dětí a mládeže.

• Více informací a přihlášky naleznete na www.rebelsteam-prague.cz. Kontaktovat nás můžete také na emailu info@rebelsteam-prague.cz nebo na telefonním čísle +420 602 177 712. Těšíme se na vás!

LEKCE JÓGY SE SHEPHALI

• Zveme vás na lekce jógy, které vede zkušená učitelka jógy a meditace Shephali Nulíček. Její lekce se přizpůsobují situaci a skupině, která se sejde, a proto jsou vhodné pro každého od začátečníků až k pokročilým. Někdy klidné, jindy dynamické. Lekci jógy předchází dechové cvičení, které vede ke správnému způsobu dýchání a ke zklidnění. Na konci pak jistě oceníte několik minut relaxace, ve kterých naleznete čas si uvědomit, jak příjemně se cítíte.

• Tyto lekce probíhají ve velkém sále KC Béčko každou středu od 18:30 do 19:30.

• Rezervujte si svou první lekci zdarma, těšíme se na viděnou! https://sohamyoga.inrs.cz/rs/kalendar_vypis.

SPOLKOVÝ DEN 09. 09. 2023

• V průběhu spolkového dne nabízíme otevřené lekce jednotlivých aktivit dle programu.

KONTAKTY

• www.kcbecko.cz
• FB: KC Béčko Břežiněves

• **Barbora Maděrová**
Koordinátorka aktivit
kcbecko@brezineves.cz

• **Areál ABCentra Břežiněves**
Na Hlavní 14, Břežiněves



TJ BŘEZINĚVES – FOTBAL



Historie klubu sahá do roku 1921. V průběhu let klub prezentovala sestava hráčů mužského fotbalu. Velká změna nastala v roce 2009, kdy byla založena mládežnická družstva. Dnes se můžeme chlubit více než 160 mládežníky ve věku 4–19 let, skoro 30 licencovanými trenéry a 90 dospělými hráči.

TJ Březiněves má svůj vlastní koncept výchovy mládeže. Je partnerským klubem SK Slavia Praha. Každoročně jezdíme na fotbalové soustředění do SC Nymburk v počtu 100 a více hráčů a trenérů. Vyjma mládežnických kategorií jsou v klubu A mužstvo, které pravidelně

hraje 1. A třídu. Dále „Béčko“ a Gentlemani (muži 40+), kteří hrají svou soutěž (aktuálně 1. ligu), a Juniorky+, které nehrají soutěž, ale pravidelně trénují fotbalové dovednosti.

Naším zázemím jsou dvě travnaté plochy, menší umělá tráva ve sportovním areálu městské části, menší tělocvična v hlavní budově, sauna a kantýna otevřená po dobu tréninků a zápasů.

RODINNÁ ATMOSFÉRA

Náš klub si zakládá na rodinné atmosféře. Každá z kategorií vkládá do tréninkového procesu i další aktivity k udržení dobré party a nálady v kolektivu dětí i rodičů.

PŘIJÍMÁME VŠECHNY ZÁJEMCE

Jsme fotbalový klub otevřený pro každého zájemce, který bude respektovat koncepci výchovy mládeže a pravidla, která máme v klubu nastavená.

V prvních krocích se zaměřujeme na radost ze hry a všeobecný rozvoj, výsledky nejsou rozhodující. Učíme se návyky z tréninků přenášet do zápasů a vidět pokrok u každého hráče bez ohledu na věk. Na výkon se zaměřujeme od žákovských kategorií. Pro všechny je důležitým aspektem docházka na tréninky.

SPOLKOVÝ DEN 09. 09. 2023

• V sobotu 09. 09. zveme všechny zájemce na ukázkový trénink od 09.30 do 10.30 hodin na hřišti s umělou travou (před úřadem MČ). Zájemci si budou moci vyzkoušet některé tréninkové aktivity. K dispozici budou zástupci trenérů a vedení klubu k zodpovězení vašich otázek.

• Ne velkém hřišti bude probíhat tentýž den Memoriál Bohumila Hejny, který je určen pro ročníky 2017 a mladší. Můžete se tak přijít podívat na fotbalový turnaj naší nejmladší kategorie.

FOTBAL

KATEGORIE:

- Starší dorost – ročník 2005 a mladší
- Mladší dorost – ročník 2007 a mladší
- Starší žáci – ročník 2009 a mladší
- Mladší žáci – ročník 2011 a mladší
- Starší příprava – ročník 2013 a mladší
- Mladší příprava – ročník 2015 a mladší
- Školička – ročník 2017 a mladší

SPORTOVIŠTĚ A ZÁZEMÍ:

- Travnaté fotbalové hřiště: Na Hlavní 149, Březiněves.
- Hřiště s umělým povrchem: U Parku 140, Březiněves.
- Tělocvična na zimní přípravu se nacházejí v lokalitě Prahy 8, dle jednotlivých kategorií (Bohnice, Ládví).

NABÍDKA AKTIVIT:

Tréninkový proces zaměřený na všeobecný rozvoj. Fotbalové dovednosti a taktika. Každá kategorie organizuje doplňkové sportovní aktivity: kola, plavání atd. Společně jezdíme na letní soustředění.

ZÁPASY A TURNAJE:

Pořádáme Memoriál Bohumila Hejny pro přípravné kategorie. Účastníme se celoročních fotbalových soutěží pod svazem, turnajů a zimních lig.

NÁBOR:

Celoroční nábor bez ohledu na věk do všech kategorií od mládeže po dospělé. Jsme partnerským klubem SK Slavia Praha.

TRÉNINKY:

Tréninky probíhají na trávě dle tréninkového plánu příslušné kategorie 2–3x týdně. V zimním období probíhají tréninky primárně na umělé trávě ve sportovním areálu MČ. Parkování u obou areálů možné.

ČLENSKÉ PŘÍSPĚVKY:

3500Kč na pololetí, splatné září a leden.

KONTAKTY

- www.brezinevesfotbal.cz
- FB: TJ Březiněves - oddíl kopané

• **Tomáš Bezpalec**
předseda fotbalového klubu
zacibrezineves@seznam.cz
+420 603 800 918

- Na Hlavní 149, Březiněves



JEDNOTKA SBORU DOBROVOLNÝCH HASIČŮ PRAHA-BŘEZINĚVES



Zřizovatelem JSDH je městská část Praha-Březiněves, která činnost hasičů všestranně podporuje. Vzhledem k velikosti městské části je technické vybavení i zázemí jednotky na vynikající úrovni. Hasičská stanice je strategicky postavena v samém středu Březiněvsi, což zkracuje dobu výjezdu na minimum. O budovu se hasiči dělí s úřadem MČ, služebnou městského strážníka a obecní knihovnou.

JSDH Praha-Březiněves má 25 členů a je zařazena do kategorie JPO III. Všichni členové jednotky se průběžně odborně připravují a prověřují své znalosti, řada z nich se účastní kvalifikačních kurzů ve spolupráci s HZS Praha. Jednotka má v současné

době k dispozici čtyři zásahová vozidla, CAS 30 Scania (2016), CAS 20 Scania (2018) a DA Transit (2012) a VEA Škoda Octavia II (2011).

Jednotka je primárně určena k zásahům na území městské části Praha-Březiněves, v mnoha případech ji však Operační a informační středisko Hasičského záchranného sboru hlavního města Prahy povolává i k likvidaci mimořádných událostí na celém území hlavního města, popřípadě Středočeského kraje. Dobrovolní hasiči z Březiněvsi jsou zařazeni do poplachového plánu hl. m. Prahy a mimo jiné se s nimi počítá při výstavbě mobilních protipovodňových zábran.

SBOR DOBROVOLNÝCH HASIČŮ PRAHA-BŘEZINĚVES

Členy SDH jsou mladí lidé z Březiněvsi a okolí se zájmem o požární ochranu a záchranářství. Mezi jejich hlavní úkoly patří preventivní činnost, výchova dětí v oblasti požární ochrany a odborná příprava členů pro zařazení do jednotky požární ochrany. Další významnou činností jsou hasičské a zdravotní služby při zajištění hudebních festivalů a kulturních či společenských akcích. Členové SDH každoročně pořádají akce, v rámci kterých se děti a mládež

z Březiněvsi a okolí mohou seznámit s vybavením pro hašení požárů a se základními pravidly poskytování první pomoci. Úkony pro záchranu života si pak mohou vyzkoušet i na speciální cvičné figuríně.

Dobrovolní hasiči z Březiněvsi již nejdnou při ostrých zásazích a dalších činnostech prokázali, že jsou připraveni kdykoliv podat pomocnou ruku, zkrátka že je možno s nimi v těžkých chvílích počítat.



NÁBOR NOVÝCH ČLENŮ

- Sbor dobrovolných hasičů celoročně přibírá nové členy.
- Členy jednotky se mohou stát zájemci starší 18 let.

KONTAKTY

- www.hasicibrezineves.cz
- FB: HASIČI Praha-Březiněves

• Petr Petrášek,
Velitel JSDH
+420 777 290 177
velitel@hasicibrezineves.cz

• Jaroslav Penc,
Starosta SDH
+420 721 486 342
J.Penc@seznam.cz

Adresa hasičské stanice
• U Parku 140/3
182 00 Praha-Březiněves



SPOLKOVÝ DEN

- Dne 02. 09. se od 9 do 12 hodin koná den otevřených dveří hasičské stanice.



KNIHOVNA MČ PRAHA-BŘEZINĚVES

- Poskytuje prostor pro setkávání, zpřístupňování zdrojů informací, celoživotní vzdělávání, osobní tvůrčí rozvoj, kreativitu a tvořivost.
- Knihovna nabízí možnost vypůjčení knih, audioknih, časopisů, deskových her pro všechny věkové kategorie i didaktických pomůcek. Je vybavena 8 počítači, projektorem, plátnem a reproduktory.
- Zdarma nabízí možnost připojení vlastního zařízení k internetu přes Wifi nebo použití místního počítače s internetovým připojením.
- Knihovna dále organizuje vzdělávací počítačové kurzy, poradnu pro seniory i foto kurzy.
- Pořádá pravidelné přednášky a besedy, na něž jsou zvány zajímavé osobnosti známé ve svých oborech jako například Daniela Krolupperová, PhDr. Vlastimil Vondruška, CSc., PhDr. Marie Formáčková, prof. PhDr. Ladislav Bareš, prof. PhDr. Jaroslav Čechura, prof. PhDr. Robert Zajíček, Ph.D., Ing. Miroslav Hrabica, MUDr. Karel Nešpor, MUDr. Ladislav Frej, harfistka Katarína Ševčíková, Miloň Čepelka a mnozí další.

• Knihovna doplňuje svou nabídku také o tvořivé kurzy pro děti i dospělé jako vyšívání, tvoření ze zažehlovacích hama korálků, technika makramé, šité korálky, malování akvarelovými pastelkami nebo vánoční a velikonoční besídky s živou hudbou.

• Pravidelně pořádá deskohraní pro děti nebo pro náctileté s novými společenskými deskovými hrami.

• Knihovna disponuje dětským koutkem. Spolupracuje s organizacemi zabývajícími se ochranou zvířat, díky nimž v rámci přednášek pro děti navštívili knihovnu netopýři, vlk, dravec i ježek.

• Aktuální program knihovny je k dispozici na webových a facebookových stránkách.

• Maskotem knihovny je knihovní skřítenka navržená malířkou Danielou Filipi.

• V letošním roce je Knihovna MČ Praha-Březiněves již podruhé navržena na ocenění Knihovna roku v kategorii základní knihovna.

KNIHOVNA

NABÍDKA KNIH:

Knihovna disponuje 3500 tituly českých i světových autorů, audioknih a dětských her.
Online katalog knih: www.knihovnabrezineves.cz.

AKTIVITY:

- Vzdělávací tematické besedy pro děti i dospělé
- Tvořivé dílny
- Noc s Andersenem
- Deskohraní

OTEVÍRACÍ DOBA KNIHOVNY:

Pondělí	09:00 – 12:00
Středa	15:00 – 19:00
Pátek	15:00 – 19:00



KNIHOVNÍCI

- **Mgr. Andrea Moravcová**
Knihovnice a lektorka deskohraní a tvořivých aktivit
- **Anna Koudelková**
Referenční knihovnice
Organizace kulturních a vzdělávacích akcí

KONTAKTY

- www.knihovnabrezineves.cz
- FB: Knihovna Březiněves
- Tel.: +420 771 214 111
- knihovna@brezineves.cz
- FB: Knihovna Březiněves



SPOLKOVÝ DEN 09. 09. 2023

- V rámci spolkového dne bude mít Knihovna od 13 do 16 hodin den otevřených dveří.
- Od 15 hodin pořádá knihovna také přednášku Historie a současnost Maltézských rytířů. Z kapacitních důvodů se uskuteční v prostorách Komunitního centra Běčko.



KLUB PSÍCH SPORTŮ BŘEZINĚVES

V porovnání s ostatními spolky v Březiněvsi jsme nejmladším klubem. Svoji činnost jsme zahájili na jaře 2023. Věnujeme se kynologii se sportovním zaměřením. Naší ambicí je i vzdělávání všech, kteří o to projeví zájem. Pořádáme kurzy základní poslušnosti psů, v nichž se zájemci učí dovednostem, které jsou potřebné pro společné soužití člověka a psa. Dále nabízíme možnost navštívit lekce agility, rally obedience, obedience, psích triků – dogdancingu, vystavování psa, caninefitness nebo canicrossu. Za pár měsíců svojí činnosti jsme již dokázali uspořádat několik akcí a připravujeme se i na pořádání oficiálních závodů v rally obedience, obedience a agility. Vzhledem k tomu, že náš výcvikový areál je závislý na počasí a roční době (povrch je přírodní tráva), připravujeme novou umělou trávu, která nám i zájemcům umožní pracovat se psy i během zimy.

AKTIVITY:

- Kurzy poslušnosti
- Agility
- Obedience, rally obedience
- Dogdancing, psí triky
- Semináře externích trenérů

TRENÉŘI:

- **Markéta Korintová** – základy poslušnosti
- **Eliška Ludvíková** – agility
- **Dominika Korintová** – dog dancing
- **Kristýna Másílková** – obedience a rally obedience



KONTAKTY

- kps-brezineves.dogres.cz

- **Areál se nachází za stavebninami směrem na Hovorčovice u polní cesty.**
- kps@brezineves.cz
- **FB: Klub psích sportů Březiněves**
- **IG: Kps_brezineves**



SPOLKOVÝ DEN

- **V neděli 10. 09. 2023 připravujeme neoficiální zkoušky v dogdancingu. Případní zájemci se mohou přijít podívat mezi 10. a 12. hodinou.**

SPORTOVNÍ STŘELECKÝ KLUB BŘEZINĚVES

Svou činnost zahájil na jaře v roce 2014. Ambicí a posláním střeleckého klubu je seznamovat širokou veřejnost se sportovní střelbou, která je olympijskou disciplínou. Seznámení s tímto druhem sportu začíná už u nejmladších dětí. Náš klub pravidelně pořádá ukázky sportovní střelby na místních akcích pro děti, například na Dětském dni, kde se prezentujeme střelbou ze vzduchovky. Další pravidelnou aktivitou je Májové střílení pro děti i dospělé. Dětským účastníkům mají možnost vyzkoušet si střelbu z malorážek a malorážkových pistolí a dospělí se seznamují s velkorážnými zbraněmi. Střelecký klub je malý spolek, protože jeho činnost vyžaduje specifické potřeby. V rámci MČ nedisponuje vlastní střelnicí, proto pravidelně využívá střelnici Malý Újezd u Mělníka.

AKTIVITY:

- Účast na místních akcích pro děti
- Májové střílení – každý rok v první polovině května

NÁBOR NOVÝCH ČLENŮ:

Nábor nových členů je celoroční. V případě zájmu o členství neváhejte kontaktovat předsedu spolku.



KONTAKTY

- **Milan Mařík**
předseda spolku
info@mimatronic.cz

RYBÁŘI BŘEZINĚVES

Samostatné rybářské sdružení bylo založeno v roce 2001. Na ustavující schůzi byly schváleny stanovy a rybářský řád. Ten koresponduje s řádem celosvazovým, je jen mírně upraven s ohledem na velikost násady ryb, jejího druhového složení a podmínek rybolovu. Členská základna se pohybuje kolem 30 osob, z toho asi třetinu tvoří děti a mládež.

Vzhledem k malé ploše našeho rybníku (asi 0,3 ha) je omezena možnost ponechání si ulovené ryby na jeden kus v minimální velikosti 50 cm za jeden kalendářní týden. Členové této frekvence lovu pro maso však ani zdaleka nedosahují, jde především o zábavu, přínos k ochraně přírody a využití volného času dětí a ostatních členů sdružení.

Každým rokem probíhá v květnu soutěž v rybolovu, která je organizována pro všechny občany městské části, kteří si chtějí vyzkoušet svou šikovnost. Podmínkou členství ve sdružení je mimo jiné odpracování brigádnických hodin na našem rybníku. Rybáři pravidelně sekají trávu v areálu, uklízejí hráze, čistí odpadové strouhy, sekají led, krmí ryby. Pravidelně jsou organizovány výlety členů sdružení do jiných rybářských revírů.



RYBÁŘI

NEJÚLOVKY SEZÓNY 2023:

- Kapr 89 cm
- Amur 115 cm

RYBÍ OSÁDKA:

- Kapr, amur, candát, štika, okoun, lín, cejn, plotice a drobná bílá ryba.
- Každý rok probíhá dosazování kaprem a amurem a na podzim pstruhem a dravou rybou.

NABÍDKA AKTIVIT:

- Rekreační rybolov držitelů povolenek
- Závody
- Rybářské zájezdy

POVOLENKY:

- Maximální počet povolenek vydaných na rok je 50 ks, pro rok 2023 je již kapacita povolenek vyčerpána.
- Prodej povolenek na další rok začíná po Výroční rybářské schůzi, která bývá v měsíci březnu.
- Od začátku října probíhá prodej pstruhových povolenek na rok 2023.

CENY POVOLENEK A PŘÍSPĚVKŮ

- Povolenka pro dospělého – 300 Kč (1 ks kapra za týden)
- Povolenka dětská do 15 let – 100 Kč
- Povolenka pro seniory – 100 Kč
- Povolenka pstruhová – 300 Kč (3 ks pstruha na den, chytá se pouze o víkend)
- Příspěvky – 200 Kč (Neplatí se pokud má člen odchozený dostatečný počet brigád.)

ZÁVODY:

Každý rok pořádáme dvoje závody, první v květnu až červnu, druhé začátkem července nebo koncem srpna.

KONTAKTY

- **Předseda:**
Kotaška Jan, jankotaska34@gmail.com
- **Místopředseda, výdej povolenek:**
Benda Vladimír, malejladinek@gmail.com
- **Správci areálu:**
Adamik Milan, Vašenda Michal

ZÁKLADNÍ ORGANIZACE ČESKÉHO SVAZU ZAHRÁDKÁŘŮ PRAHA- BŘEZINĚVES

Je územní sdružení příznivců harmonického zahradního umění, pěstování ovoce, zeleniny a krásných květin. ZO ČSZ Březiněves Praha je součástí Českého zahrádkářského svazu, jež sdružuje téměř 130 000 členů z celé České republiky. Vznikl v roce 1957, ale jeho historie ve své pěstitelské podstatě sahá téměř do doby Karla IV.

Členové se mohou inspirovat při pravidelných návštěvách celostátních zahradnických výstav, spojených s návštěvou kulturních památek.

Jak zušlechtit a pozvednout svou zahradu se členové dozví na každoročně pořádaných besedách a setkáních s možností výměny sazeniček.

Pro členy je pravidelně vydávána odborná příručka „Rukověť zahrádkáře“.

Členové si mohou vypůjčit mnoho publikací a časopisů se zahrádkářskou tematikou v místní knihovně. U vchodu knihovny je umístěna Semínkovna, kde si zahrádkáři vyměňují přebytek semínek.

AKTIVITY:

- Pravidelné výlety
- Tematické besedy
- Výměny sazeniček
- Sdílení zkušeností

KONTAKTY

- U Parku 140/3, Praha-Březiněves
- Anna Koudelková
místopředsedkyně spolku
- +420 283 910 263
- zahradkari@brezineves.cz



TJ BŘEZINĚVES – ZUMBA

• Oddíl zumbly funguje pod hlavičkou TJ od roku 2014, kdy se vůbec poprvé zúčastnil soutěže Žij pohybem. Až do letošního roku vznikala zpravidla pouze jeden tým v rámci věkové kategorie 8–10 let, nebo 11–14 let. Letos byl ale oddíl zastoupen týmy v kategorii 4–7 let, 8–10 let a 11–14 let. Dále také vznikl tým dospělých v kategorii nad 27 let. Vůbec poprvé v historii oddílu bylo letos uspořádáno letní taneční soustředění ve Starých Splavech poblíž Máchova jezera.

• Hlavní myšlenkou tréninků je naučit děti lásce k pohybu, tanci, objevení týmového ducha, překonávání vlastních hranic a rozvíjení koordinačních schopností.

• Trénink není jen dřina, ale hlavně zábava a legrace.



NABÍDKA AKTIVIT:

- Tréninky zaměřené na taneční, gymnastické a sportovní aktivity, rozvoj koordinačních schopností, citu pro hudební rytmus a tělesnou flexibilitu s ohledem na věk.
- Pravidelná účast na soutěžích Žij pohybem, z.s., organizovaných GymKa Praha.
- Vystoupení na akcích MČ Praha-Březiněves.
- Letos poprvé se konalo letní taneční soustředění ve Starých Splavech.

ČLENSKÁ ZÁKLADNA:

V současné době čítá 34 členů, z toho 6 dospělých včetně jedné trenérky a 28 dívek od 5 do 14 let.

SPORTOVIŠTĚ A ZÁZEMÍ:

Oddíl využívá prostor tělocvičny hlavní budovy TJ a sálu FitPULS Březiněves.

NÁBOR:

Nábor se uskuteční 18. 09. v tělocvičně TJ u fotbalového hřiště od 17 do 18 hodin.

KONTAKTY

• brezineves.cz/zumba

• **Veronika Benešová,**
trenérka
+420 607 873 878, veronika.benes@volny.cz





FITPULS: TADY SE RODINA SETKÁVÁ S RADOSTÍ!

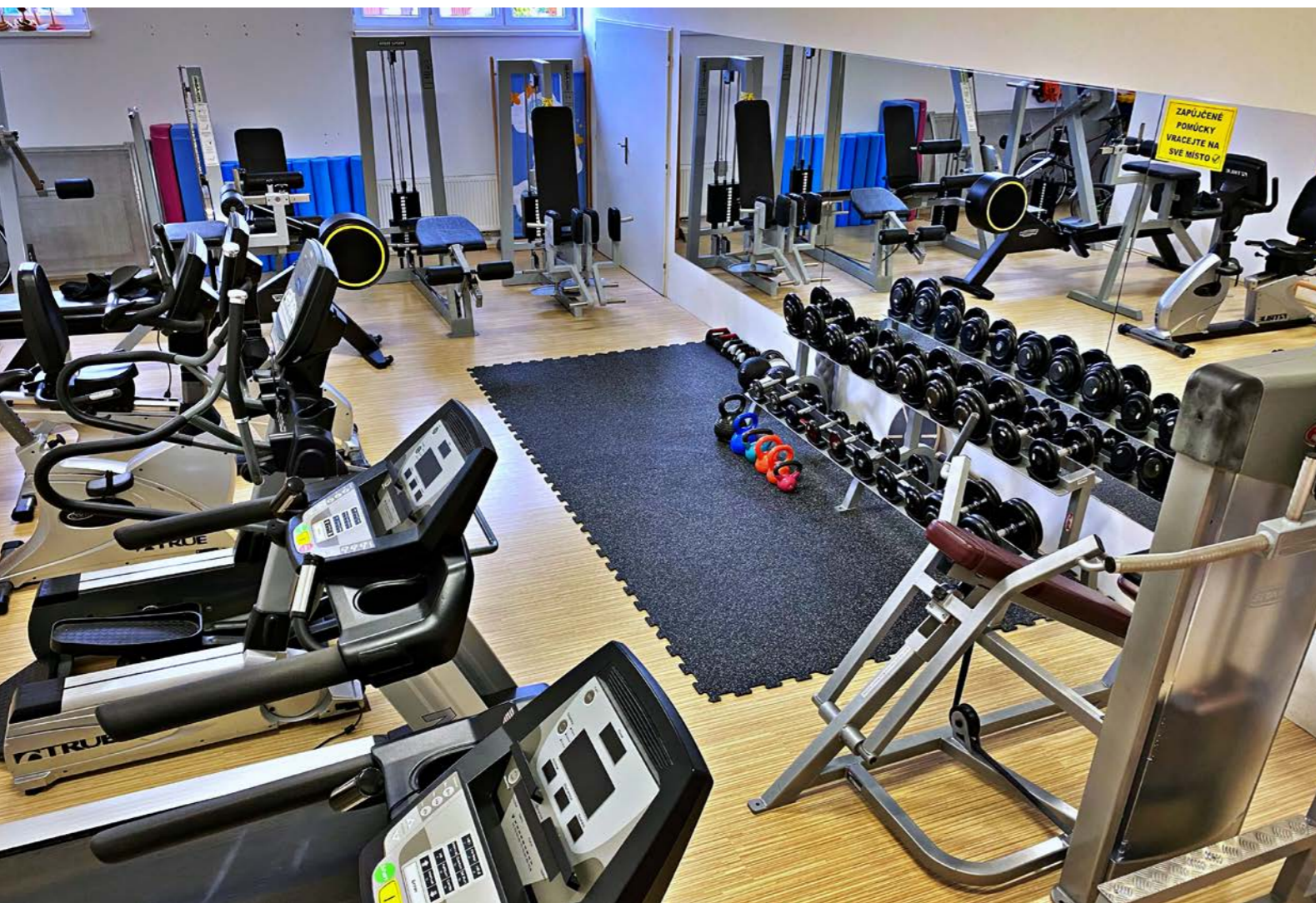
FitPULS Fitness centrum je pro vás v Březiněvsi otevřeno od roku 2010. Už třináct let je tak vyhledávaným místem pro všechny, kteří touží po rodinném fitness zážitku. Byli jste se u nás podívat? Zkuste to. Jakmile vstoupíte do posilovny, okamžitě na vás dýchne domácí a pozitivní atmosféra, za kterou stojí nejen milí hosté, ale i školený personál. Pokud se zrovna necítíte na zvedání činek nebo ovládání fitness strojů, zkuste „sálavky“. FitPULS nabízí téměř nekonečnou škálu aktivit pro dospělé i pro děti...

Pojďme být konkrétní. Hlavní devízou FitPULSu je široký výběr fitness strojů značek Grün a TechnoGym, které vám umožní posilovat bezpečně a s radostí. Ve čtyřech sálech najdete také nepřeberné množství činek a posilovacích koleček, zátěžové vaky, vesty, posilovací i odporové gummy, FitBalls, stepy, BOSU, běžecké pásy,

fitness schody, kola, orbitrek i veslovací trenažér a spoustu dalších doplňků nezbytných pro zdravý fitness sport. Pro dospělé jsou připraveny skupinové lekce, které rozproudují vaše srdce i tělo. Od adrenalinového alpiningu či indoorcyclingu přes unikátní kruhový trénink, tabatu, tukové peklo, bodymix nebo TRX s pilates až

po uklidňující jógu či BOSU cvičení – FitPULS má na paměti každého. Každý týden je tak připraveno cvičení pro maminky i pro seniory.

Ale pozor nezapomínáme ani na děti! FitPULS si totiž zakládá na zapojení celé rodiny. S nejmenšími dětmi tak můžete navštěvovat pravidelně



kroužky jako edukativní Sensory Play na Klubičku, kde se nejmenší děti učí zapojovat všechny své smysly, hravý Pulsíček, judo nebo box. A pokud máte náctileté, nemusíte se obávat, i pro ně je připraveno speciální kondičně-sportovní cvičení stejně jako aerobic nebo judo. Součástí FitPULS je také dětský koutek, stolní tenis či venkovní trampolína.

Ať jste zkušení, nebo začátečníci, přijďte. Místo je pro všechny. Rádi vám poskytneme individuální tréninky s profesionálními trenéry, kteří tu jsou pro každého, kdo touží po osobním zlepšení. Samozřejmostí je bar vybavený veškerými energetickými doplňky stravy, uzamykatelné skříňky v šatnách, sprchy s teplou vodou i sociální zařízení. Chováme se zodpovědně k přírodě a třídíme odpad.

FITPULS

SPORTOVIŠTĚ:

2x sál se zrcadly pro skupinové lekce, 2x sál se zrcadly pro fitness

ZÁZEMÍ:

Vstupní šatna s botníky, vstupní místnost s plně vybaveným fitness barem a recepcí, dámské a pánské šatny s uzamykatelnými skříňkami, dámské a pánské sprchy s teplou vodou, sociální zařízení, cykloservis, prodej kol, dětský koutek, terasa s dětskou trampolínou.

NABÍDKA AKTIVIT PRO VĚŘEJNOST:

Fitness centrum (posilovna), alpinning, spinning, tabata, TRX, kruhový trénink, BOSU, indoorcycling, pilates, individuální fitness tréninky, tukové peklo, bodymix, jóga, cvičení maminek, cvičení seniorů. Rozvrh bude aktualizován na začátku září, sledujte naše webové stránky.

AKTIVITY PRO DĚTI A MLÁDEŽ:

- **Judo s JUDOACADEMY** (5+) – trenér: Martin Klapka; PO+ST
- **Sportovní aerobik** (6+) – trenérka: Šarlota Jančová, cena 1700 Kč (1x týdně) / pololetí; 3000 Kč (2x týdně) pololetí; PO + ST
- **Obecná pohybová průprava** (4+) – trenérka: Šarlota Jančová, cena 1700 Kč / pololetí; PO
- **Klubičko pro nejmenší** – lektorka: Terka Mikulicová, cena pololetí: 1200 Kč / pololetí; ÚT
- **Sensory play pro nejmenší** – lektorka: Terka Mikulicová, cena pololetí: 2000 Kč / pololetí; ČT
- **Kondiční box** (6+) – trenér: Roman Pollak, cena 1700 Kč / pololetí; ČT
- **Spinning s posilováním** (náctiletí) – trenér: Pavel Richter, cena 1700 Kč / pololetí; ÚT
- **Kruhový trénink** (9+) – trenér: Pavel Richter, cena 1700 Kč / pololetí; ČT
- **Příměstské a pobytové tábory.**

NÁBOR NA SPORTOVNÍ AEROBIC SE USKUTEČNÍ 18. 9. 2023.

CYKLOSERVIS A PRODEJ KOL:

Autorizované zastoupení pro prodej značek Ghost a Pells.

REZERVACE SKUPINOVÝCH LEKCÍ

- Přes rezervační systém na webových stránkách <https://www.fitpuls.cz/online-rezervace>

KONTAKTY

- FitPULS fitness centrum, U Parku 381, Březiněves
- www.fitpuls.cz
- FB: fitPULS Fitnesscentrum
- +420 774 271 713
- info@fitpuls.cz
- přijímáme MultiSport karty

- Otevírací hodiny posilovny:
• Po-Pá 8:30-11:30, 16:00-21:00
• So: 9:00-12:00 | Ne: 16:00-21:00

SPOLKOVÝ DEN 09. 09. 2023

- V průběhu spolkového dne nabízí FitPULS den otevřených dveří dle otevírací doby.



Spolkový den

09. 09. 2023

Zveme vás na první ročník Spolkového dne, jehož cílem je představit volnočasové aktivity pro děti i dospělé, které jsou v naší městské části dostupné také díky činnosti místních zájmových spolků a organizací.

#VBREZINEVSITOZIJE

'23

PROGRAM

	Datum	od	do	
Hasiči	02. 09.	09.00	12.00	Den otevřených dveří
FitPULS	09. 09.	09.00	12.00	Den otevřených dveří
Tenis	09. 09.	09.00		Tradiční turnaj čtyřher
Fotbal	09. 09.	09:30	10:30	Ukázka tréninkových aktivit na hřišti s umělou trávou
	09. 09.	10.00	13.00	Memoriál Bohumila Hejny na hlavním hřišti
Béčko		otevřené lekce		
		09.00	10.00	Březňováček
		09.00	12.00	OSCAR's English Centre
		10.00	11.00	Maťha Pilates
		11.00	13.00	Rebel's Team Prague
		13.00	14.00	Jóga se Shephali
	15.00	17.00	Přednáška - Historie a současnost Maltézských rytířů	
Knihovna	09. 09.	13.00	16.00	Den otevřených dveří
Klub psích sportů	10. 09.	10.00	12.00	Neoficiální zkoušky dogdancingu
Zumba	18. 09.	17.00	18.00	Nábor nových členek v tělocvičně TJ



MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA-BŘEZINĚVES

