



KURZY | CVIČENÍ | PÉČE O TĚLO | STRAVA | ZDRAVÍ

 KULTURNÍ DŮM PÍSEK

VELETRH VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT



4/9/2024

13-17 HOD. | ZAHRADA KD

www.centrumkultury.cz

Účastníkům se představí organizace a spolky, které poskytují volnočasové a sportovní aktivity ve městě. Součástí bude i doprovodný program zahrnující ukázky činností a tréninkových hodin zaměřených na děti a mládež.

Pořádá odbor školství a kultury ve spolupráci s Centrem kultury města Písek. Moderuje R. Barbulák. Vstup zdarma.



MASÁŽE


- * rekondiční
- * proti celulitidě
- * masáž + aromataouch
- * manuální lymfodrenáž

LIFTING OBLIČEJE & ARTISTRY COSMETICS



Věra PETRAŠKOVÁ

Sedláčkova (vrátnice č. 09) Písek

 **776 092 037**



PROFESIONÁLNÍ PÉČE O VAŠÍ PLEŤ

- * Povrchové čištění pleti
- * Tonizace, peeling
- * Hlubkové čištění pleti ultrazvukovou špachtlí
- * Masáž obličeje * Výživné masky
- * Zpracování séra ultrazvukovou havič
- * Formování a barvení obočí a řas
- * Depilace horního rtu
- * Mikrojehličkování - Dermopen



**DÁRKOVÉ
POUKAZY**

Budějovická 101/7, Písek

+420 605 256 825   [michaelabeauty.pisek](https://www.instagram.com/michaelabeauty.pisek)

Salón Nefertari s.r.o.



Chcete zhubnout a nebatí Vás držet diety, jídelníčky a kupovat drahá „hubnoucí“ jídla?
Nechcete utrácet tisíce za zaručené přípravky? Pak přesně pro Vás je tu

METODA KOUČOVANÉHO HUBNUTÍ

Vše přirozené, úbytek 500 - 1500 gr/týdně bez strádání a únavy.

- * jíte to, co vždy
- * nemusíte cvičit
- * 1x za měsíc osobní schůzka
- * denně v kontaktu přes WhatsApp

**Uzdravíme spolu Vaše sebevědomí.
DEJTE SI ŠANCI!**



Informace a objednání
tel.: 777 213 713
(9 - 20 hod.)

**Khkouchink Písek
Vladislavova 250**



**KRÁLOVÉ
PÍSEK**

**NÁBOR LEDNÍ HOKEJ
+ ŠKOLA BRUSLENÍ**



Na Výstavišti 493
397 01 Písek

začínáme
v úterý
10.9.2024
v 16.30 hod.

Vždy neděle
17:00
a úterý
16:30

Kontakt:
Jan Kudrna
sekretar@ihcpisek.cz
T: 603 873 724

Více info na www.ihcpisek.cz



OČNÍ OPTIKA
REGINA KOUBOVÁ



SLUNEČNÍ BRÝLE

**30%
sleva**

Ningrova 159, 397 01 Písek
T: 602 205 224
info@optika-pisek.cz
www.optika-pisek.cz

Po - Pá 8:30 - 12:00, 13:00 - 17:00
So 8:30 - 11:30



Oční optika
Galerie Florián

Oční optika Galerie Florián



- ▶ Velký výběr obrub
- ▶ Výměna skel do vlastních obrouček
- ▶ Aplikace kontaktních čoček
- ▶ Servis Vašich brýlí
- ▶ Poradenství v oblasti oční optiky a prodeje doplňků



MĚŘENÍ ZRAKU
i bez objednání

Havlíčkovo nám. 94
Písek

www.optikapisek.cz

Objednat se můžete tel.: +420 776 889 774, e-mailem: ocni@optikapisek.cz

Městský areál
Sedláčkova 472/6

Písek

Tel: 727 868 131

info@forbodystudio.com

forBody
Pro tělo | mysl | rovnováže

Centrum pohybu
a zdraví

NOVÉ KURZY ZÁŘÍ 2024

fyzioPilates, Zdravá záda, Jóga

NÁBOR na POLE DANCE KIDS

ÚT 3. 9. a ČT 5. 9. 2024
16.00 - 17.30

FYZIO PILATES • ZDRAVÁ ZÁDA • INDIVIDUÁLNÍ POHYBOVÁ LÉČBA • JÓGA
AEROBNÍ CVIČENÍ • OSOBNÍ TRÉNINKY • POLE DANCE

FYZIOTERAPIE: ambulantní péče, pohybová léčba, léčba pomocí přístrojů

MASÁŽE: lymfodrenáže ruční i strojové, masáž zad a šíje, Shiatsu

KOSMETIKA • KINEZILOGIE • KOLAGENÁRIUM • DIAGNOSTIKA PLOSKY NOHY



www.forbodystudio.com

NĚMECKY

odborně i s úsměvem s Petrou

NĚMČINA

- ▶ oborová
- ▶ všeobecná
- ▶ doučovací
- ▶ meditační

PRO FIRMY
i jednotlivce

Ing. Petra Žáková • Písek, Raisova 1562
Tel.: 608 165 977 • nemcinazakova@email.cz
www.nemcina-zakova.cz

Jsi už vyčerpaný a ve stresu?
Jsi nemocný a nevíš jak dál?
Chceš si udržet duševní pohodu a klid?

MEDITACE

NĚMECKY nebo ČESKY

Ing. Petra Žáková • Písek, Raisova 1562
Tel.: 608 165 977 • nemcinazakova@email.cz
www.nemcina-zakova.cz

LATINSKOAMERICKÝ TANEC
BACHATA PÍSEK



s dominikánцем
Yoshwa Tiburcio

každý čtvrtek
dospělé
20:00-21:00

tance učíme
sólo bez partnera

každý pátek
děti 15:30-16:30

www.bailacaribe.webnode.cz
rezervace 607 775 260

KAPAP

CZECH

NABORY IZRAELSKÉ SEBEOBRANY

MICHAL JANOUŠEK (605/130057) | MIKE@KAPAP-CZECH.CZ | KAPAPCZECH



PO 9. 9. 24 od 19.00 - PÍSEK
ZŠ T. G. M., ČELAKOVSKÉHO 24

(DOSPĚLÍ 14+)

WWW.KAPAP-CZECH.CZ

NATUR HOUSE

Odborníci na zdravé hubnutí

www.naturhouse-cz.cz



RESTART BALÍČEK

- NAKOPNI SE OPĚT DO HUBNUTÍ
- IDEÁLNÍ BALÍČEK PO DELŠÍ PAUZE
- NA 2 TÝDNY
- JÍDELNÍČEK
- PRODUKTY
- KONZULTACE



Budějovická 103, Písek, tel.: 724 026 063

e-mail: pisek@naturhouse-cz.cz



**STARTUJEME V ÚTERÝ
10. 9. 2024**

POJĚTE TO S NÁMI POŘÁDNĚ ROZTOČIT!

**Děti jsou rozděleny do skupin
podle věku:**

4 - 6 let **mini zumbička** (st od 16:00)

7 - 9 let **prostředníci** (út a čt od 16:00)

10 a více let **velké holky** (út a čt od 17:00)

Cena:

1x týdně

- pololetní platba 1.530 Kč / 19 lekcí

- roční platba 2.790 Kč / 38 lekcí

2x týdně

- pololetní platba 2.790 Kč / 38 lekcí

- roční platba 4.990 Kč / 76 lekcí

Přihláška na fcb nebo ww.



Siluetu Fitness

Galerie Florián, Havlíčkovo nám. 94

SOŠ a SOU

Komenského 86, Písek



Dětská Zumba s Ninkou



zumbasninkou



773 255 660



www.zumbasninkou.webnode.cz



PowerGym

Tylova 2754
Písek

PŘESTAŇ CVIČIT ZAČNI TRÉNOVAT

PowerGym je něco víc, než jen další fitness, nebo fitko. Je to Gym, který nabízí podmínky pro trénink klasického fitness, CrossFit tréninku, funkčního tréninku a rozvíjíme pohyb mládeže i dospělých.

Staň se součástí #Powergymczfamily i ty!
Jsme jedna velká komunita stejně naladěných lidí

KURZY / OSOBNÍ TRÉNINKY TRÉNINKY PRO SPORTOVCE TRÉNINKOVÉ E-BOOKY

OPEN GYM

Chceš trénovat u nás v gymu a máš svůj vlastní program? Super! Pro tebe je určený Open gym. Najdi si sám svůj ideální čas pro trénink a v době Open gym je Powergym tvůj se vším svým vybavením. Každý den můžeš přijít a zatrénovat, co fyzička dovolí a svaly unesou. Při použití chipu jsou ti dvěře gymu otevřené 365 dní v roce.

DLOUHODOBÉ KURZY

Trénujeme pouze v omezeném počtu 3-6 lidí po celou dobu trvání kurzu a ve stejné sestavě. Kurzy trvají několik týdnů a dodržujeme jasně stanovený program. Díky tomu na sebe tréninky navazují a dostávají se lepší a viditelnější výsledky.

OSOBNÍ TRÉNINKY

Chceš se zbavit přebytečného tuku? Zpracovat na kondici? Zlepšit se ve svém sportu? Nabrat svaly, nebo být prostě ve formě a mít zdravé a silné tělo?

www.powergym.cz



Po-Pá: 6:30 - 21:30 So: 9:00 - 14:00 * Ne: 9:00 - 12:00; 15:00 - 20:00

Jdeš k nám poprvé?

Chceš si u nás zatrénovat?
Najde o žádnou raketovou vědu.
Ozví se a domluvíme se

 +420 722 908 931

 info@powergym.cz



AUTOŠKOLA

Ing. Tomáš Preuss

Kollárova 91, Písek, tel.: 603 508 522
e-mail: autoskola@preuss.cz

- ◆ Výcvik řidičů pro osobní automobily a všechny druhy motocyklů
- ◆ Školení odborné způsobilosti řidičů
- ◆ Odborné konzultace a poradenství
- ◆ Kondiční jízdy



NOVÁ VANĀ DO STARÉ

Bez bourání, bez nástřihu
MIN. ŽIVOTNOST 20 LET
montáž 2 hodiny, zástěny, sanita
Tel.: 728 153 812
WWW.RENOVO-CZ.EU

MALOVÁNÍ

**VEŠKERÉ MALÍŘSKÉ A NATĚRAČSKÉ PRÁCE
BYTOVÝCH I NEBYTOVÝCH PROSTOR
PŘEDEM KONZULTACE A CENOVÁ NABÍDKA ZDARMA**

- * Klasické i speciální techniky, renovace, vyspravení
- * Výmalby a nátěry schodišť bytových domů
- * Sestěhování, zakrytí nábytku a podlah

Adam Kosohorský
☎ **602 120 173**



Na kole po Písku bezpečně

v pátek 13. září 2024 od 15 hod.
v Písku na Fügnerově náměstí u Kamenného mostu.
Vezměte svá kola a přidejte se k nám na vyjížděku
městem Písek. Součástí bude testování
KOL A ELEKTROKOL od CYKLOŠVEC



Stevens CykloŠvec Písek 21. 9.
pořádá

1. závod TBC série 2024

STEVENS CYKLOŠVEC CYKLOKROS KUKLE

Závod pro děti i dospělé.

www.cyklosvec.cz



Vybrané exotické destinace PŘÍMÝM LETEM

TERMÁLY v MAĎARSKU a na SLOVENSKU

Lyžařské zájezdy

- nejvýhodnější first minute



VÁNOČNÍ a SILVESTROVSKÉ TERMÍNY

Heydukova 97, Písek | Mob.: 737 587 857 | T./fax: 382 224 120
ca.travelpisek@volny.cz | www.catravel.cz

MUDr. Zbyněk Hrdlička / J. Wericha 502, 388 01 Blatná

RÁZOVÁ VLNA

TERAPIE POHYBOVÉHO APARÁTU

patní ostruha, bolesti Achillovy šlachy, tenisový loket, ztuhlé rameno, impingement syndrom, bolestivá třísla, skokanské koleno, artrosa aj.

NOVĚ ESTETICKÁ RÁZOVÁ VLNA

- jizvy
- celulitida
- strie



tel.: 724 145 056

www.rehabilitacehrdlicka.cz



PŘIDEJ SE K NÁM

Hledáme malé tanečníky

KAŽDOU STŘEDU
OD 16:30
ZŠ J. K. TYLA

Máš rád/a lidovou hudbu a folklor? Je ti od 4 do 15 let?

Rádi Tě mezi námi uvítáme!

DĚTSKÝ FOLKLORNÍ SOUBOR PÍSEČÁNEK

Oslavte s FAMO 20 let

Filmová akademie Miroslava Ondříčka v Písku

- projekce
- setkání se známými osobnostmi
- workshopy

Vyvrcholením bude podzimní festival **FAMOJZNÍ 4. a 5. října**



Akce je podporována městem Písek



Jihočeský kraj



TOYOTA POLAK

více na filmovka.cz

FAMO
FAMO
FAMO

REKLAMNÍ PLACHTY s potiskem

PÍSECKÝ
SERVIS

PROMOTION
for

Žižkova ul., Písek
Tel.: 773 613 121