



MÁJUSI Program naptár

2023. május 3. 19:00

DUMASZÍNHÁZ – DUMA SWING 3. /szórakoztató program/

2023. május 6. 10:30

MESE MACI BÁBOS KALANDJAI /családi program/

2023. május 10. 18:00

GÁTIZOMTORNÁ - KISMEDENCE REGENERÁCIÓ /ingyenes előadás/

2023. május 12. 17:00-19:00

„TŰSAROK ÉS ALMÁSPITE“ /önismereti női kör/

2023. május 13. 10:00-14:00

ARCJÓGA - ARCTORNA® WORKSHOP

2023. május 18. 19:00

MEDITERRÁN UDVAR - Woody Allen est /koncert/

2023. május 20. 16:00

KÉPFESTŐK /élményfestés/

2023. május 21. 10:00 & 15:00

KISECSET /élményfestés/

2023. május 22. 19:00

JÓTÉKONYSÁGI ELŐADÁS A TÁBITHA HÁZ JAVÁRA: CSILLAGPOR

2023. május 24. 18:00

VARGA ZSÓFI GRAFIKUSMŰVÉSZ KIÁLLÍTÁSA /kiállításmegnyitó/

2023. május 28. 14:30-18:30

„IDŐUTAZÓ“ VÁROSI GYERMEKNAP /családi program/



www.mmmh.hu



[/muvhaz](https://www.facebook.com/muvhaz)



[/torokbalint_muvhaz_](https://www.instagram.com/torokbalint_muvhaz)



2023. május 3. 19:00

DUMASZÍNHÁZ – DUMA SWING 3.

**Kovács András Péter –
Janklovics Péter – Illés Ferenc**

Ez egy zenés, improvizatív stand-up előadás, amiben a legelképesztőbb élethelyzeteket jelenítik meg, ahol az emberek zenével találkoznak: céges bulik, fesztiválok, lagzik kerülnek górcső alá.

Jegyek a www.jegy.hu oldalon vásárolhatóak.

Helyszín: MMMH



2023. május 6. 10:30

MESE MACI BÁBOS KALANDJAI

Bábelőadás, zenei játékok és barkácsolás babáknak, ovisoknak és az egész családnak, minden hónap első szombatján! Előzetes jelentkezés ajánlott!

Foglalkozásvezető: Enyedi Anita Tel: 70-2267-111

E-mail: info@mesemaci.hu

Web: <https://www.facebook.com/mesemaci/hu/>

Helyszín: MMMH

2023. május 10. 18:00

GÁTIZOMTORNA - KISMEDENCE REGENERÁCIÓ

Ingyenes előadás a nőket érintő intim problémákról, megelőzésről. Inkontinencia, aranyér, süllyedések, székrekedés, változókor, babavárás, lelki problémák, önbizalomhiány, stressz... Hogyan ismerjük fel a tüneteket, mit tegyünk, ha már megvannak? Hogyan előzzük meg? Bejelentkezés szükséges!

További információ és jelentkezés: Tóth Évi, az Intim Medical Academy hivatalos oktatója.

Tel: +36 20 956 3364, E-mail: evifitness.hu@gmail.com

Helyszín: MMMH





2023. május 12. 17:00-19:00

„TŰSAROK ÉS ALMÁSPITE“ – spirituális és önismereti női kör

Különböző témákon keresztül beszélgetünk a nőiségről, nőiességről, önmegvalósításról, párkapcsolatról. Ötletek és lehetőségek minden olyan területen, ahol elakadást érzel az életedben. Segítő és építő női közösség, ahol önmagad lehetsz és kiteljesedhetsz.

- Mi az életfeladatod és miért fontos ennek az ismerete?
- Mitől nő a NŐ? Mitől működik a párkapcsolat?
- Kiteljesedni kreatív nőként az üzleti világban
- Pénzügyi helyzet javítása, bőség teremtése
- Természetmágia és boszorkányság – Fedezd fel a benned élő boszorkányt!
- A fizikai valóság és a láthatatlan világ kapcsolata – hogyan működik a tudatos teremtés?

Következő időpontok: június 9., július 14.

További információ és jelentkezés:

Kracsó Alexandra Tel: +36 30 274 5273

Helyszín: MMMH



2023. május 13. 10:00-14:00

ARCJÓGA - ARCTORNA® WORKSHOP

Az Arcjóga Arctorna® a legtermészetesebb és leggazdaságosabb arcformáló program, amellyel hosszú távon megőrizhetjük arcunk, nyakunk, valamint dekoltázsunk fiatalságát és szépségét. A módszer elsajátítása során olyan gyakorlatokat tanulunk meg, melyekkel heti 2-3 alkalmas gyakorlással karbantarthatjuk a nap során elfáradt arcbőrt. Erősítő elemekből és nyújtásokból áll, amelyek gondoskodnak róla, hogy az arc meghatározó izmai visszanyerjék fiatalos feszségüket és tónusukat.

Kislétszámú /maximum 4 fő/ csoportban történő tanulás.

További információ és jelentkezés: Nagy Mariann

Tel: +36 20 399 7575, E-Mail: riannajoga@gmail.com

Helyszín: MMMH



2023. május 18. 19:00

MEDITERRÁN UDVAR - Woody Allen est

Két olyan figura estje, akik a humor miatt találkoztak és sokáig együtt alkottak megannyi zenés színdarabot, tévés jelenetet és dalokat - sokszor csak alkotóként, sokszor előadóként és sokszor árnyék íróként. Most kilépnek az árnyékból és Woody Allen humoros életrajzából, valamint hozzáfűzött dalokból adnak egy estet.

Csik Csaba (színész, dalszerző) és Juhász Ottó (zongorista) Woody Allen tollából és a jazz gyöngyszemeiből válogat a Mediterrán Udvar sorozat nyitó estjére.

Belépő:

elővételben 2.500 Ft-os, a rendezvény napján 3.500 Ft-os áron kaphatók MMMH Rendezvényszolgálatán

Szervező és helyszín: MMMH



2023. május 22. 19:00

JÓTÉKONYSÁGI ELŐADÁS: CSILLAGPOR

Szepes Mária nem hisz a halálban. Az ő világnézete szerint levetjük egyik ruhánkat, aztán új fejezetként egy másikat húzunk fel.

Egyszerre hisz a magunk megváltásában és a Megváltóban. Nincs vallás, melyet teljesen magáévá tesz, így mondatai mindenkire szólnak, világnézettől függetlenül.

Szavai örökérvényűek, esszenciálisak. Olykor végtelenül egyszerűek, máskor kacifántosan sokrétegűek. De abban mindegyik egyforma, hogy nagy erővel húzzák felfelé az olvasót és a hallgatót.

Az előadás teljes bevétele a törökbálinti Tábittha Gyermekohospice Házat támogatja.

Belépő: 3.000 Ft-os áron kapható, az MMMH Rendezvényszolgálatán és a Roni Közértekben adományjegyként lehet megvásárolni

Helyszín: MMMH





2023. május 24. 18:00

ÁLMOK ÉS ÉBREDÉSEK - Varga Zsófi grafikusművész kiállítása

Varga Zsófi képei egy lelki tájat mutatnak be, amely leginkább az ősi óceánok, a tudat mélyén őrzött Atlantiszok kincseit mutatják fel, epifániaként, mintegy előhalászva őket a tudat mélyéből. A figyelmes szemlélő észreveszi e képek feltáró és ugyanakkor elrejtő, sőt rejtőzködő és inkább kérdező, mint választ adó karakterét.

A tárlat nagy érdeme, hogy egy alkotói korszak teljességét igyekszik megmutatni, azaz a válogatás gazdagságából kifolyólag átfogó képalkotó művész lélekezőnjairól.

A kiállítást megnyitja: Dr. Budai Rita művészettörténész
A kiállítás megtekinthető: június 14-ig.

Belépő: ingyenes

Szervező és helyszín: MMMH



2023. május 28. 14:30-18:30

„IDŐUTAZÓ” VÁROSI GYERMEKNAP

Az idei gyermeknapon egy kicsit visszautazunk az időben, meglessük a régi mesterségeket, játszunk szüleink, nagyszüleink kedves játékaival és együtt mulatunk a Kolompos zenekarral.

A nap folyamán a téren:

Vándorjátsszótér, kosaras körhinta, íjászat, Mesekert, Kackiás Verklis, Kádár Ferkó Fotószínháza, népi mesterségek bemutatója, vidámpark (kis láncos kiskörhinta, ugrálóvár, kisvasút), arcfestés, csillámtetoválás, hajfonás, kézműves sátor, mini vásártér és Kurta Kocsmá...

A színpadon:

15:00 Tánchááz és bemutató a Törökbálinti Hagyományörző Táncscsoport közreműködésével

15:30 KOLOMPOS együttes koncertje

Az 1980-as évek végén egy új név tűnt fel a hazai népzenei életben, a Kolompos együttesé. Az ezredfordulóra kialakult a csapat mai formája, és inntől szinte minden évben jelent meg új kiadványuk, CD, DVD, illetve mesekönyv formában. A magyar gyermekek körében egyik legnépszerűbb együttesként ma is arra törekszenek, mint a kezdetekben: megismertetni, megszerettetni a gyerekekkel és szüleikkel a magyar népzene, néptáncot, régi népszokásokat, vagyis mindazt a páratlan kulturális kincset, melyet elődeink hagytak ránk örökségül.

16:30 Ilyés Szabó Anna mesemondó előadása

17:00 Babszem Jankó - a Ziránó színház előadása

Hősünk, kicsi léte, nagy segítsége szeretne lenni édesapjának, akinek folyton arra kell ügyelnie, hogy megóvja aprócska gyermekét attól, hogy bajba ne keveredjen a nagy segítség közepette. Az ismert magyar népmese elevenedik meg, a vásári bábjáték hagyományait követve, a kesztyűs-báb abszurd humorát, a közvetlen mesemondás élményét ismertette meg gyerekekkel és felnőttekkel egyaránt.

Belépő: ingyenes

Szervező: MMMH

Helyszín: MMMH Udvar





2023. május 28. 18:00

SÖRDÉLUTÁN

Hagyományos sváb és modern fúvószena, laza hangulat! A Klasszikus táncok és kellemes hangulat vár minden zeneszerető vendégünkre. A Grossturwaller Musikanten zenekar számtalan nemzetközi vendégszereplésen vett részt nagy sikerrel. Az együttes tevékenységét a Magyar Fúvószenesi Szövetség 1996-ban és 2001-ben és 2007-ben, három kategóriában „Fesztiválzenekar” tanúsítással minősítette.

Töltsünk együtt egy zenés, táncos délutánt!

Belépő: 1.000 Ft/fő

Szervező: Grossturwaller Musikanten

Helyszín: MMMH

JÚNIUSI ELŐZETES

2023. június 1. 19:00

MEDITERRÁN UDVAR - Koós Réka - "Micsoda nagyszerű dalok"

Táncdalfesztivál... Legenda, történelem, családi emlék? Nekem mindhárom. Legenda, mert nem lehettem ott, illetve a nyolcvanas években már igen, de anno..amikor kezdődött, koromnál fogva még nem. Történelem, hiszen ez a XX. század vérzivataros éveiben zajlott, egy korban, ahol a zene és a kultúra szabad művelése korlátok közé volt szorítva. Mégis ezek között a korlátok között születtek meg ezek a felejthetetlen dalok. Amiket énekelni fogok. Nem utolsó sorban családi emlék, hiszen mindkét szülőm aktív részese és - talán nem szerénytelenség a részemről, de alakítója volt.

Belépő:

elővételben 2.500 Ft-os, a rendezvény napján 3.500 Ft-os áron kaphatók MMMH Rendezvényszolgálatán.

Mediterrán Udvaraink további időpontjai:

június 15., június 30., augusztus 10., augusztus 24.

További információ a Facebook és Instagram oldalunkon, valamint a honlapon.

Szervező és helyszín: MMMH



2023-ban is tematikus nyári táborok az MMMH-ban!

Nyári táborok

Érdeklődni az alábbi elérhetőségeken lehet: +36 23/890 366/40-es vagy 42-es mellék, bicsar.noemi@mmmh.hu, valamint a táborok leírásánál szereplő elérhetőségeken.

Előzetes jelentkezés szükséges! A táborok csak kellő számú résztvevővel indulnak, némelyiknél pedig a férőhely korlátozott.

A táborok részvételi díja tartalmazza a programokat és a megjelölt étkezést. Minden egyéb információ az egyes táborok leírásánál és a Facebook-eseménynél olvashatóak.

Kerámia, Gyémántkút, Kiscset I. - II. táboroknál:

Jelentkezni május 8-tól, személyesen lehet az MMMH Rendezvényszolgálatán!

A jelentkezés csak a jelentkezési lap kitöltésével, valamint a tábor díjának vagy előlegének befizetésével érvényes. Testvéreknek kedvezmény! Részletfizetési lehetőség! Az első részlet (előleg a Kiscset táboroknál 35.000 Ft/gyerek/tábor, a Kerámia és Gyémántkút táboroknál 30.000 Ft/gyerek/tábor) jelentkezéskor, a második részlet (hátralék) a tábor kezdete előtti héten szerdái(!) esedékes.

Alapozó terápiás, RG és Mese Maci táboroknál:

A jelentkezés és befizetés az oktatóknál történik! Egyéb tudnivalókról, árakról és a lemondás feltételeiről is az oktatóknál kell érdeklődni!

Szervező és helyszín: MMMH



Június 19-23.



KERÁMIA ALKOTÓTÁBOR

8-14 éveseknek, hétfőtől péntekig 8:30-16:30-ig, ebédrel és uzsonnával.

Téma: Állatfarm

Az idei táborban állatokkal és állatok között leszünk – legalábbis gondolatokban, érzésekben. A gyerekek mentális, pszicho-higiénés fejlődésében, védelmében nagyon fontos az állatok jelenléte. Sajnos a városiasodó életforma miatt erre egyre kevesebb lehetőség nyílik. Erre a hétre egy állatokkal teli, vidám, boldog, felszabadult miliőt varázsolunk, ahol a gyerekek nem „csak” az agyagolás fejlesztő- és terápiás hatásait élvezhetik, de mint Alice, beléphetnek egy elvarázsolt világba, amely állatokkal és sok szeretettel van tele.

Táborvezető: Huber Kinga

Részvételi díj:

45.000 Ft/fő, testvérkedvezmény: 85.000 Ft/testvérpár



Június 19-23.

GYÉMÁNTKÚT TÁNC TÁBOR

6-14 éveseknek, hétfőtől péntekig 8:30-16:30-ig, tízóraival, ebéddel és uzsonnával.

Legyél Te hétfvégére a táncparkett őrödge!

Várunk szeretettel minden olyan kis- és nagylányt/fiút, aki szívesen töltené az idejét új táncok megismerésével egy jókedvű csapat tagjaként. Legyen az mazsorett, zumba, latin tánc vagy éppen hip-hop, nálunk kipróbálhatod magadat ezekben a mozgásformákban. A tánc mellett pedig kézműveskedéssel és egyéb szabadidős foglalkozásokkal várunk.

Táborvezető: Majorné Jónás Anna

E-mail: jonas.panno@gmail.com

Részvételi díj:

45.000 Ft/fő, testvérkedvezmény: 85.000 Ft/testvérpár

1. turnus: június 26-30. /
2. turnus: augusztus 7-11.

KISECSET ÉLMÉNYTÁBOROK

8-14 éveseknek, hétfőtől péntekig 9:00-16:30-ig, ebéddel, uzsonnával.

Különleges élménytábor a Képfestők csapatával. Önfel-
ledt alkotás és felejthetetlen kaland.

A foglalkozásainkon és a táborokban a gyermekek olyan alkotói folyamatban vesznek részt, ami megváltoztatja látásmódjukat, kibontakoztatja egyéniségüket és növeli önbizalmukat! Egész héten át vezetjük őket egy kalandos úton, ahol a vászonra festés mellett kipróbálhatnak több művészeti technikát, készítenek saját tárgyakat és festményeket, terveznek, játszanak, alkotnak és közben megismerik egymást és önmagukat. Az élménytábor végén pedig kiállítás keretében a szülők és minden érdeklődő megtekintheti, hogy miket alkottak a gyerkőcök a héten.

Táborvezetők: Kiss Mónika és Endrődy Orsolya

E-mail: kepfestok01@gmail.com





1. turnus: június 19-23. /
2. turnus: augusztus 21-25.

ALAPOZÓ TERÁPIÁS TÁBOROK

1-5. osztályosoknak, hétfőtől péntekig 9:00-15:00-ig, ebéddel.

Részletekről érdeklődni és jelentkezni lehet:
Bolyos Anna Krisztina alapozó terapeuta - konduktor
Tel: +36 30 927 1884 E-Mail: alapoazo.bolyos@gmail.com



1. turnus: június 19-23. /
2. turnus: augusztus 21-25.

RG TÁBOROK

Hétfőtől péntekig 8:30-15:30-ig, ebéddel

Részletekről érdeklődni és jelentkezni lehet:
Papp Edina RG szakedzőnél a Bálint Márton ÁKI-ban
E-Mail: edinapapp10@gmail.com

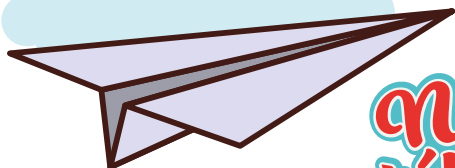


Július 3-7.

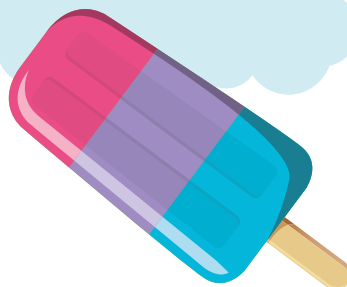
MESE MACI ISKOLA-ELŐKÉSZÍTŐ TÁBOR

5-7 éveseknek, hétfőtől péntekig 8:00-16:00-ig, napi 4 étkezéssel

Részletekről érdeklődni és jelentkezni lehet:
Enyedi Anita Mese Maci programvezető, tanító
Tel: +36 70 2267 111, E-Mail: info@mesemaci.hu



**Nyári
táborok**



2023. május 28. 14:30 - 18:30

„IDŐUTAZÓ“ VÁROSI GYERMEKNAP

A nap folyamán:

Vándorjátsszótér, kosaras körhinta, íjászat, Mesekert, Kackiás Verklis, Kádár Ferkó Fotószínháza, népi mesterségek bemutatója, vidámpark (kis láncos kiskörhinta, ugrólóvár, kisvasút), arcfestés, csillámtetoválás, hajfonás, kézműves sátor, mini vásártér és KurtaKocsmá...

15:00

Táncház és bemutató a
Törökbálinti Hagyományőrző Tánccsoport
közreműködésével

15:30

KOLOMPOS együtes koncertje

16:30

Ilyés Szabó Anna mesemondó előadása

17:00

Babszem Jankó - a Ziránó színház előadása



MUNKÁCSY MIHÁLY
MŰVELŐDÉSI HÁZ



BELÉPÉS: INGYENES

MEGÚJULTUNK!

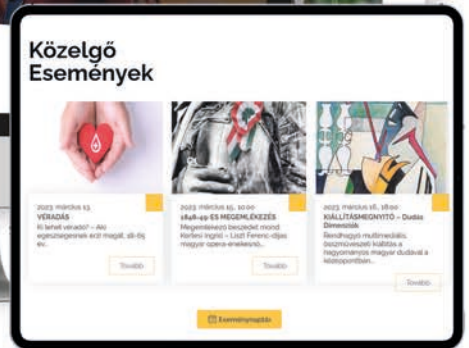
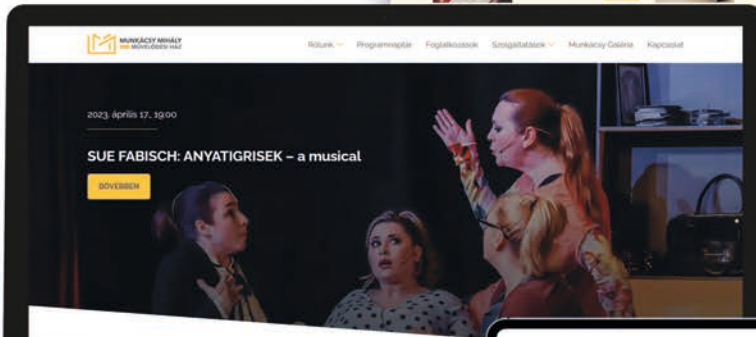
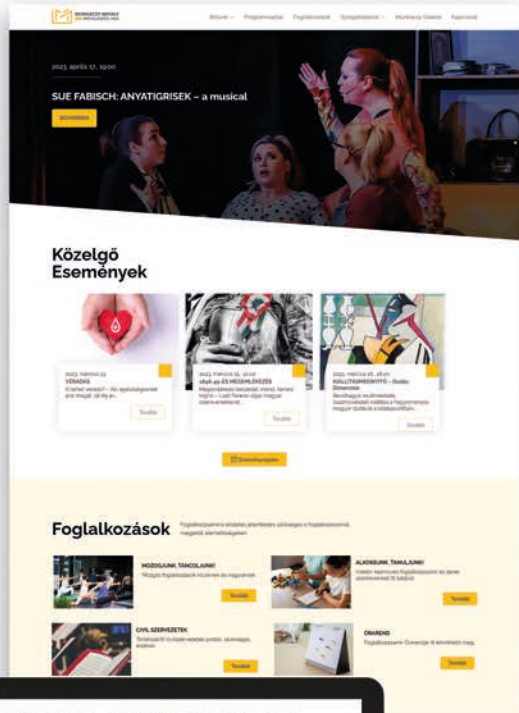
Az elmúlt hónapokban azon dolgoztunk, hogy még elérhetőbbek és átláthatóak legyünk Számotokra!

Több új funkcióval bővült oldalunk, most már újra kedvetekre böngészhetek honlapunkon!

Közelgő események, foglalkozások, terembérlés vagy esküvő, minden egy helyen, kérdéseitokkal forduljatok hozzánk bizalommal!

www.mmmh.hu

www.torokbalintmuvhaz.hu





MUNKÁCSY MIHÁLY
MŰVELŐDÉSI HÁZ

Nyáresti koncertek

MEDITERRÁN

2023. május 18. csütörtök 19:00

UDVAR

WOODY ALLEN EST



Csík Csaba
(színész, dalszerző)
Juhász Ottó
(zongorista)

KAPUNYITÁS:
18:00

Jegyek elővételben 2.500 Ft-os, a rendezvény napján
3.000 Ft-os áron kaphatóak az MMMH Rendezvényszolgálatán.

Cím: Törökbálint, Munkácsy Mihály u. 83. Tel.: 06 23 999 250

Web: www.mmmh.hu, www.facebook.com/muvhaz





KLUBOK, KÖRÖK, EDZÉSEK

Foglalkozásainkra előzetes jelentkezés szükséges a megadott elérhetőségeken.

Bővebb információ: www.mmmh.hu és www.facebook.com/muvhaz

ALKOSSUNK, TANULJUNK!

ALAPOZÓ TERÁPIA

Fejlesztés, homloklebens terápia és iskola-előkészítő foglalkozások, **csoporthozjárás szerint.**

Információ és jelentkezés: Bolyos Anna Krisztina Tel.: +36 30 927 1884, E-mail: alapoza.bolyos@gmail.com

BABA-MAMA KLUB

Szeretettel hívjuk az anyukákat újonnan induló klubunkba. Beszélgetünk, többek között kötődő nevelésről, hordozásról, szoptatásról, táplálásról, altatásról, meghívott előadókkal vagy csak magunk között. Ha szeretnél egy kellemes délelőttöt eltölteni hasonló helyzetben lévő társakkal, itt a helyed!

Csütörtökön 9:00-11:00-ig

Információ és jelentkezés: Ábrahám Mária, E-mail: tuskes.maria@gmail.com,
Kokas-Varga Tímea, E-mail: kokasvtimea@gmail.com

FAZEKAS-KERAMIKUS SZAKKÖR

Szeretettel várunk minden érdeklődőt egy olyan agyagos szakkörbe, ahol mindenki kiélheti fantáziáját és kreativitását, és megismerheti azt a csodát, amit az agyag jelent.

Hétfőn 18:00-19:30-ig

Információ és jelentkezés: Huber Kinga, fazekas-keramikus, népi játszóház foglalkozásvezető Tel.: +36 20 559 7979

HANGSZERVERAZS ZENETANODA – ROSALES ZENEÓVODA

Zenei fejlesztő foglalkozások óvodás korú gyermekek részére, **csütörtökön, csoportbeosztás szerint.**

Információ és jelentkezés: Nagy Mária, az Operaház gyerekprogramjainak játékmestere Tel.: +36 30 936 1713
E-mail: hangszervarazs@gmail.com Web: www.hangszervarazs.hu

ISKOLA-ELŐKÉSZÍTŐ FOGLALKOZÁS

Kis létszámú csoportban tartott foglalkozások, **hétfőn 8:00-16:00-ig.**

Információ és jelentkezés: Beer Ildikó Tel: +36 20 356 7971 Web: www.pille-ovisuli.hu

KISS ZENEDE ALAPFOKÚ MŰVÉSZETI ISKOLA KÉPZÉSEI

Színvonalas, személyre szabott zeneművészeti képzés, hangszeres és szolfézs órák, **órarend szerint.**

További információ és jelentkezés: E-mail: info@kisszenede.hu Web: www.kiss-zenede.hu

KOKAS-FOGLALKOZÁS

A foglalkozás komplex művészetpedagógiát (éneket, zene, tánc, vizuális alkotás) alkalmaz Dr. Kokas Klára módszere alapján: személyiségfejlődés, szorongásoldás, EQ, önkifejezés, idegrendszer- és mozgásfejlesztés, élmény, kreativitás, képzelet.

Pénteken 16:30-17:30-ig, nagycsoportos óvodás gyermekeknek

Információ és jelentkezés: Ficsorné Lia E-mail: kokas_tb@smartcontact.hu



MESE MACI BÁBOS KALANDJAI

Bábfoglalkozás, zenei játékok és barkácsolás babáknak, ovisoknak és az egész családnak, **hétfőn 10:00-10:45-ig.**

Információ és jelentkezés: Enyedi Anita

Tel.: +36 70 226 7111 E-mail: info@mesemaci.hu Facebook: www.facebook.com/mesemaci.hu/

RINGATÓ

Foglalkozások **kedden 10:45-11:15-ig.**

Információ és jelentkezés: Rozványi Beáta Tel: +36 30 470 4334 E-Mail: ringatobeaval@gmail.com

MOZOGJUNK, TÁNCOLJUNK!

ALAKFORMÁLÓ TORNA

Alakformáló-erősítő gyakorlatok, pilates, jóga és aerobik elemekkel, kiscsoportban.

Kedden és csütörtökön: 9:00-10:00-ig

Információ és jelentkezés: Kósa Zita Tel: +36 30 349 9895

GYEREK FITNESS (MARCIPÁN TÁNC- ÉS FITNESS SE)

Fitness edzéseinken akrobatikát, lazasági-, erő- és táncelemeket, ugrásokat tanulhatsz. Magasszintű képzéseinkre várjuk régi és új tagok jelentkezését!

Edzések: hétfőn és szerdán, csoportbeosztás szerint

Információ és jelentkezés: Cservényák Gabriella, E-mail: cservenyakg@gmail.com Web: www.gyerekfitness.hu

HAPPY BODILITY

Játékos Testnevelés - Tanítsd meg a tested mosolyogni!

Játékos, teljes testes átmozgatás, mobilizáció, stretching, a test funkcionális felkészítése a mindennapi, életszerű mozgásokra. Célja, hogy a hétköznapi élethez visszaadjuk a testnek a teljes mozgásszabadságát, és fájdalom nélkül élvezzük a mozgás, az edzés és a sport valódi örömét.

Edzések: Kedden 18:00-19:00-ig

Információ és jelentkezés: Pollák János Happy Bodility alapító edző, Fit-tréner Tel: +36 20 487 6673

HATHA JÓGA FANNIVAL

Manapság egyre több ember szenved stressztől, küzd egészségügyi problémákkal.

A jóga egy életmód, egy mozgásforma, amely harmóniához, örömhöz és egészséghez vezet.

Folyamatos csatlakozási lehetőség!

Flow jóga (dinamikus haladó jógaírányzat): hétfőn 18:30-20:00-ig

Jóga mindenkinek (kezdő, újrakezdő): csütörtökön 18:30-20:00-ig

További információ: Dr. Homonnay Béláné Tel.: +36 23 890 366 40-es vagy 42-es mellék vagy bicsar.noemi@mmmh.hu

HIP-HOP (ERICA C. DANCE SCHOOL)

Gyere és próbáld ki magad a hip-hop, a discotánc legnépszerűbb stílusában! Jó zenék, jó koreográfiák és garantáltan vidám hangulat vár! Folyamatos csatlakozási lehetőség!

Próbák: kedden és csütörtökön, csoportbeosztás szerint

Információ és jelentkezés: Kátai Zoé, táncoktató Tel.: +36 30 256 1170 E-mail: zoekatai97@gmail.com www.ecds.hu

MAZSORETT (GYÉMÁNTKÚT EGYESÜLET)

Szeretettel várjuk a csatlakozni vágyó 3-10 éves lányokat, akik egy lendületes csapat tagjaként elsajátítanak a botforgatás, zászlóforgatás és pom-ponozás alapjait. Célunk a közösségi élmény megteremtése, miközben a helyes testtartást és a ritmusérzéket is fejlesztjük. Folyamatos csatlakozási lehetőség!

Kezdő óvodás órák: hétfőn - szerdán, Kezdő iskolás órák: kedden – csütörtökön

Információ és jelentkezés: Majorné Jónás Anna táncoktató Tel.: +36 30 978 5829

PILATES

Mélyrétegű törzsizmok erősítésére, nyújtására koncentráló, az egész testet átmozgató mozgásrendszer.

Hétfőn 18:00-19:00-ig

Információ és jelentkezés: Nagy Eleonóra Tel.: +36 70 537 5136

SZENIOR ÖRÖMTÁNC

Közösségi tánc, amihez nem szükséges sem előzetes táncstudás, sem állandó partner. A kíméletes mozgásforma figyelembe veszi az idősödő szervezet sajátosságait. A táncolás jótékonyan hat testre, lélekre és szellemre, növeli az állóképességet, javítja a hangulatot és segít a szellemet frissen tartani.

Kedden 16:00-17:00-ig

Információ és jelentkezés: Almási Judit, mentálhigiénés szakember, pszichodráma asszisztens szeniortánc oktató
Tel.: +36 30 729 2152 E-mail: almasi.judit.pd@gmail.com

TÁRSASTÁNC

Standard és latin táncok elsajátítása, valamint az illemszabályok megismerése.

Felnőtt középhaladó csoport: hétfőn 17:30-18:30-ig

Felnőtt haladó csoport: hétfőn 18:30-19:30-ig

Információ és jelentkezés: Klinda Dénes, táncpedagógus Tel.: +36 20 485 3015

ZUMBA®

Máig töretlen népszerűségű, egyedülálló fitnesz program, amely különböző latin és nemzetközi ritmusokra épül, alaposan átmozgatja az egész testet. Válassz az alakformálás legszórakoztatóbb módját!

Szerdán 18:00-19:00-ig

Információ és jelentkezés: Mészáros Tímea, Zumba Instructor E-mail: m.timpi@hotmail.com

WESTERN LINEDANCE

Táncos esti összejövetelek, vidám, baráti kikapcsolódás. Szeretettel várjuk az érdeklődőket!

Klubnapok: pénteken 18:30-20:00-ig

Információ és jelentkezés: Seprődi Ildikó Tel: +36 30 930 6921

E-Mail: info@westernlinedance.hu Web: www.westernlinedance.hu

PREVI TEAM EGYESÜLET

Senior torna: hétfőn 18:00-19:00-ig

Basic Jump: hétfőn és csütörtökön 19:00-20:00-ig

Gerinctrénning: kedden 16:30-17:30-ig és 18:00-19:00-ig

Kondi (step és fitball kombinált): szerdán és pénteken 18:00-19:00-ig

World Jump Fitness: szerdán és pénteken 19:00-20:00-ig

Kondi (DrumStick): pénteken 18:00-19:00-ig

Tartás Pajtás (5-8 éveseknek): csütörtökön 17:00-18:00-ig

Moveini képességfejlesztő torna (4-6 éveseknek): csütörtökön 18:00-19:00-ig

World Jumpini (6-13 éveseknek): pénteken 17:00-18:00-ig



Információ és jelentkezés:

Bóta Ili szakosztály-vezető - Jump, kondi és senior torna Tel.: +36 70 384 6300

Füzési Blanka, konduktor – Moveini Tel.:+36 30 524 8069

Füzési Krisztina, gyógytornász - Gerinctréning

Web: <https://previteam.webnode.hu>

GÁTIZOMTORNA, KISMEDENCE REGENERÁCIÓ

3 napos tréning a gátizmokmegfelelő edzésének elsajátítására.

A tréning után a résztvevőkégyenre szabott otthoni tornát kapnak, problémájukra vagy megelőzésre.

Időpontok: május 17., 24., 31.szerdán 18:30-20:30-ig

Előzetes bejelentkezés szükséges!

Információ és jelentkezés: Tóth Évi az Intim Medical Academy hivatalos oktatója

Tel: +36 20 9563 364 E-Mail: evifitness.hu@gmail.com Web: www.evifitness.hu

LOVE YOUR BELLY

Egynapos hasizomfejlesztő- és regeneráló tréning, ahol megtanulható a szétnyílt hasizom megfelelő mozgástechnikája, illetve a résztvevők egyénre szabott otthoni tornát kapnak.

Időpontok: június 7. szerdán 18:00-20:00-ig

Információ és jelentkezés: Tóth Évi a LoveYourBelly hivatalos oktatója

Tel: +36 20 9563 364 E-Mail: evifitness.hu@gmail.com Web: www.evifitness.hu

PRÓBÁK, KLUBNAPOK, EDZÉSEK

Bálinti Sakkbarátok SE: péntek 17:00

Mozgáskorlátozottak Egyesülete:

kéthetente, szerda 14:00

Nyugdíjas klub: kéthetente, szerda 14:00

Lendvai Károly Férfikórus: csütörtök 16:30

Törökbálinti Cantabile Kórus: kedd 18:00

Törökbálinti Kamarakórus: kedd 18:00

Törökbálinti Hagyományörző Táncsoport:

kedd 17:00, péntek 18:00

Törökbálinti Sport Egyesület (TSE)

Sanda, Taolu kungfu: hétfő, szerda, péntek 18:00-20:00

Tai chi: kedd 18:00-19:30

Musztáng SE: hétfőn és szerdán 16:30-18:00

Harangozó Veronika Tel.: +36 20 276 16 77

Fanatic SE: csütörtökön 18:30-20:00

ELÉRHETŐSÉGEK

FALUMÚZEUM

2045 Törökbálint, Baross Gábor u. 17.

Facebook: www.facebook.com/balintmuseum

KATOLIKUS EGYHÁZKÖZSÉG

2045 Törökbálint, Munkácsy Mihály u. 78. www.tbkat.hu

NÉMET KÖZÖSSÉGI HÁZ

Törökbálint, Baross u. 23.

Web: www.tbno.hu E-mail: mammel.magdolna@gmail.com

REFORMÁTUS EGYHÁZKÖZSÉG

Törökbálint, József Attila u. 31.

Web: www.tbref.hu E-mail: info@tbref.hu

TÖRÖKBÁLINTI SPORTKÖZPONT

2045 Törökbálint Óvoda u. 6.,

Tel.: +36 23-222-360 Web: www.tbsk.hu

VOLF GYÖRGY KÖNYVTÁR

2045 Törökbálint, Munkácsy Mihály u. 83.

Tel.: 23-334-150

Nyitvatartás:

hétfő 10:00-18:00

kedd 10:00-18:00

szerda zárva

csütörtök 10:00-18:00

péntek 9:00-15:00

szombat 9:00-13:00



OTTHON CENTRUM

Törökbálint

Kastély u. 88. +3670 454 3725



Tökörhegy, hibátlan állapot

175 m²

228,9 M Ft

6 szoba, 600 m² ápolat telek

Juhász Gyula

06 70 454 3722



Újliget, új ablak-ajtó, szigetelés

72 m²

58 M Ft

Hitelezhető, költözhető, önálló hrsz

Székely Gyöngyike 06 70 454 3723



Tökéletes hely, tökéletes beosztás

170 m²

136,9 M Ft

Tökörhegy, Nappali + 3háló

Tóta Júlia Anna

06 70 454 3725



Legyen itt az Ön ingatlanja is!

?? m²

?? M Ft

Hívjon most, segítünk!

Tóta Júlia Anna

06 70 454 3725

A mi munkatársunk korrekt, hatékony és szabad! Jelentkezz közénk!



Számítástechnika - Irodatechnika
Szaküzlet és Szervíz: Iroda Xpressz
2045 Törökbálint Bartók Béla u. 15.
Tel: 23-331-327 Nyitva: H-CS 9-18h, P 9-16h

e-mail: info@irodaxpressz.hu



- * laptopok, számítógépek, Tablet PC, TFT monitorok, GPS (+frissítés), Canon másolók, tintasugaras-lézer nyomtatók értékesítése, javítása, karbantartása
 - * nyomtató patronok, tonerek
 - * vírusirtás, programok telepítése
- * internet, Wifi számítógép hálózat beállítás
 - * rendszergazdai munkák kiszállással
 - * PC alkatrészek, videókártyák, memóriák
 - * fénymásolók, iratmegsemmisítők
- * kábelek, PC kiegészítők, hangszórók, rádiók
 - * irodaszerek, nyomtatványok
 - * LED izzók, LED szalagok
- * kerámia kések, edények és háztartási kisgépek



IRODA XPRESSZ COMPUTER - IRODATECHNIKA
SZAKÜZLET ÉS SZERVÍZ

15% kedvezmény javítási munkadíjból
1 alkalommal használható fel
23-331-327
Törökbálint Bartók Béla u. 15.



A Bálinti Műsor a Munkácsy Mihály Művelődési Ház által szervezett, illetve egyéb törökbálinti kulturális, egyházi és sportprogramokat tartalmazza.

Felelős kiadó:

Munkácsy Mihály Művelődési Ház, Papp Edit intézményvezető
2045 Törökbálint, Munkácsy Mihály u. 83. Telefon: +36 23 890 366

További információ:

www.mmmh.hu, www.facebook.com/muvhaz.

Fotók:

MMMh

Szerkesztés, nyomdai előkészítés:

Hartauer Gábor, hartauer.gabor@mmmh.hu

A műsorváltozás jogát fenntartjuk!

Nyári lapzárta 2023.május. 20.

Nyomda:

EPC nyomda