

MĚSÍČNÍ PROGRAM KRC SEMIKRÁSKA

DUBEN 2026

PONDĚLÍ

- 11.40-12.30 *Italština 2** (pokročilí)
12.40-13.25 *Trénování paměti* (7 lekcí, pro seniory)
19.30-20.30 **Rehabilitační cvičení** (pouze online)

ÚTERÝ

- 09.00-10.00 **Rehabilitační cvičení*** (i online)
10.00-10.45 **Zpívánky** (od 1 roku) nebo
Malovánky (od 2 let)

STŘEDA

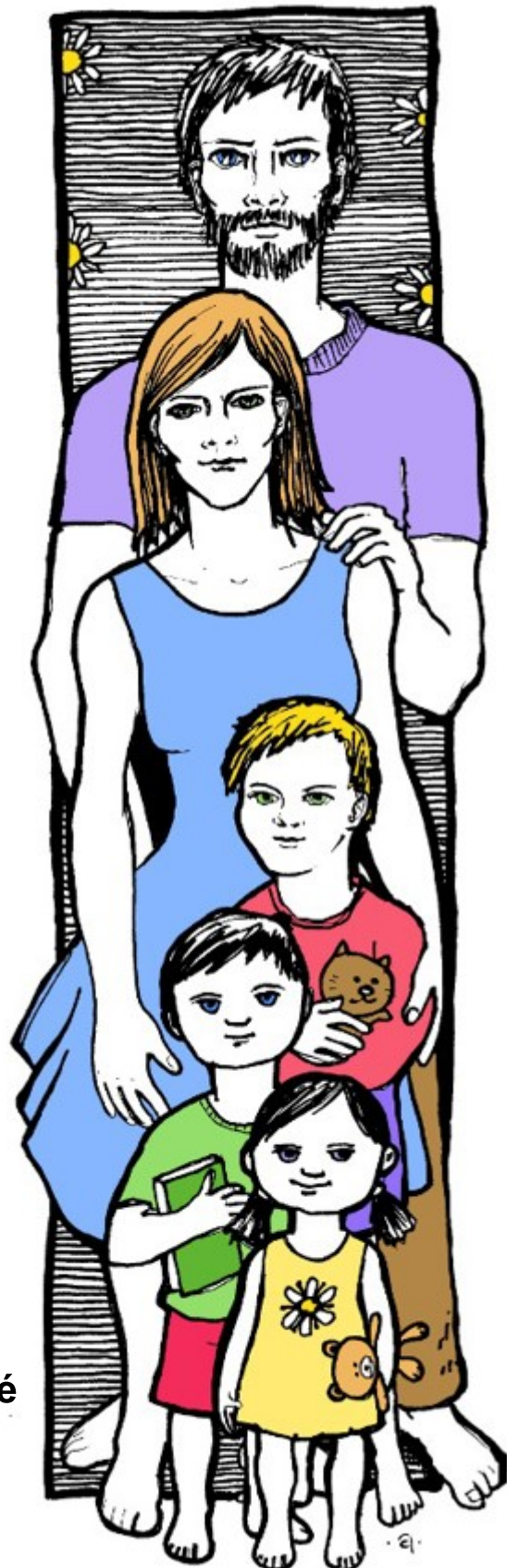
- 09.00-09.50 *Angličtina 1** (mírně pokročilí)
10.00-10.50 *Angličtina 2** (pokročilí)
11.00-13.00 **Coworking***
16.00-18.00 **Podvečer s...***
(výtvarná dílna, keramika, přednášky a besedy)

ČTVRTEK

- 08.00-09.00 **Pilates***
09.00-09.30 **Modlitby matek**
10.00-12.00 **Pro maminky***
(Duchovní program, V hlavní roli..., přednášky a besedy)
15.30-17.30 **Šicí poradna** (1x za 14 dní)

PÁTEK

- 09.00-09.50 **Cvičeníčko** (od 1,5 roku)
10.00-11.30 **Kavárnička nejen pro dříve narozené**
(1x měsíčně s ochutnávkou)



PODROBNÝ PROGRAM NA DUBEN

Na **Rehabilitační cvičení, Pilates, Zpívánky, Malovánky, Cvičeníčko, Kavárničku nejen pro dříve narozené, Volnou hernu a Duchovní program** je možné si zakoupit **permanentku 10 vstupů + 1 zdarma**. Cena 500 Kč nečlen/ka, resp. 300 Kč člen/ka, 0 Kč člen/ka (členství Plus). Úhrada nejpozději den před první lekcí na účet KRC Sedmíkráska (č. účtu: **KB 43-3453310267/0100**). **Do zprávy pro příjemce napište své příjmení/permanentka.**

Středa 1. 4.

Coworking

Od 11.00 do 13.00 hodin. Je třeba se přihlásit do úterý 31. března 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. **CENA za hodinu bez hlídání dětí:** nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč. **CENA za hodinu s hlídáním dětí:** nečlen/ka 120 Kč, člen/ka 100 Kč, člen/ka Plus 70 Kč.

Zdobíme velikonoční perníčky

od 16.00 do 18.00 hodin workshop s Mgr. Bc. Janou Okrouhlou, lektorkou odborných a kreativních seminářů

Účastníci se mohou těšit na:

- tipy na přípravu a zpracování perníkového těsta a polevy na dekorování
- ukázkou zdobených perníčků
- možnost vyzkoušet si různé zdobící techniky

Hradí se vstupné: nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč, studenti a senioři 50 Kč. Hlídání dětí zajištěno.

Je třeba se přihlásit nejpozději do pondělí 30. března 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Čtvrtek 2. 4.

Velikonoční prázdniny

KRC Sedmíkráska i DK Klubíčko mají zavřeno.

Pátek 3. 4.

Velký pátek (státní svátek)

KRC Sedmíkraska i DK Klubíčko mají zavřeno.

Pondělí 6. 4.

Velikonoční pondělí (státní svátek)

KRC Sedmíkraska i DK Klubíčko mají zavřeno.

Úterý 7. 4.

Rehabilitační cvičení

Od 9.00 do 10.00 hodin. Hlídaní dětí je zdarma. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. Můžete si přijít zacvičit osobně nebo se připojit online. **Je třeba se přihlásit do neděle 5. dubna 2026** přes: <https://www.sedmíkraskahk.cz/rezervacni-system>. Poté obdržíte na váš e-mail odkaz pro připojení na lekci a informace k platbě.

Malovánky: Beránek

Od 10.00 do 10.45 hodin. Pro rodiče s dětmi od 2 let. Pomůcky zajištěny. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do neděle 5. dubna 2026** přes: <https://www.sedmíkraskahk.cz/rezervacni-system>.

Středa 8. 4.

Coworking

Od 11.00 do 13.00 hodin. Je třeba se přihlásit do úterý 7. dubna 2026 přes: <https://www.sedmíkraskahk.cz/rezervacni-system>. **CENA za hodinu bez hlídání dětí:** nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč. **CENA za hodinu s hlídáním dětí:** nečlen/ka 120 Kč, člen/ka 100 Kč, člen/ka Plus 70 Kč.

Objevte svět virtuální reality

**od 16.00 do 18.00 hodin workshop s Mgr. Marií Sejkorovou,
správkyní sítě a ICT na Biskupském gymnáziu
pro dospělé a děti od 10 let**

Vystupte z každodenní rutiny a ponořte se do virtuálních světů. V klidném a přátelském prostředí si vyzkoušíte různé digitální zážitky zaměřené na poznání, zábavu i relaxaci.

Hradí se vstupné: nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč, studenti a senioři 50 Kč. Hlídní dětí zajištěno.

Je třeba se přihlásit nejpozději do pondělí 6. dubna 2026 přes:
<https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Čtvrtek 9. 4.

Pilates

Od 8.00 do 9.00 hodin. Hlídní dětí je zdarma. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do úterý 7. dubna 2026** přes:
<https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Modlitby matek

Od 9.00 do 9.30 hodin. Otevřené setkání pro ty, kdo se chtějí ve společenství pomodlit za své rodiny. Na tuto aktivitu se není třeba přihlašovat a je zdarma.

Valná hromada

Od 10.00 hodin. Setkání určené všem členům a členkám KRC Sedmíkraska, z. s. Pozvánku s programem obdrží e-mailem.

Šicí poradna

Od 15.30 do 17.30 hodin. Konzultace, drobné opravy, výměny zipů, úpravy střihů apod. Vstupné za započatou hodinu: 150 Kč nečlen/ka, 100 Kč člen/ka. Koná se minimálně pro 2 zájemce. **Je třeba se přihlásit nejpozději do úterý 7. dubna 2026** přes:
<https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Pátek 10. 4.

Cvičeníčko

Od 9.00 do 9.50 hodin. Pro rodiče s dětmi od 1,5 roku. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do středy 8. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Kavárnička nejen pro dříve narozené tentokrát s ochutnávkou od 10.30 do 12.00 hodin

Sváteční setkání v rámci Klubu prarodičů a seniorů. Je vám doma dlouhá chvíle? Chcete si najít nové přátele? Nemáte si s kým dát šálek kávy nebo čaje a popovídat si? Rádi se věnujete ručním pracím, rádi tvoříte nebo se dozvídáte něco nového? Přijďte do naší "kavárničky". **Ochutnáte beránka a mazanec + bylinný čaj.** Hradí se vstupné: pobytné (nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10 + 1) a 100 Kč za kávu a drobné občerstvení. Hlídní dětí není zajištěno.

Je třeba se přihlásit do středy 8. dubna 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Pondělí 13. 4.

Rehabilitační cvičení

Od 19.30 do 20.30 hodin. POUZE ONLINE. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do soboty 11. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. Poté obdržíte na váš e-mail odkaz pro připojení na lekci a informace k platbě.

Úterý 14. 4.

Rehabilitační cvičení

Od 9.00 do 10.00 hodin. Hlídnání dětí je zdarma. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. Můžete si přijít zacvičit osobně nebo se připojit online. **Je třeba se přihlásit do neděle 12. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. Poté obdržíte na váš e-mail odkaz pro připojení na lekci a informace k platbě.

Zpívánky

Od 10.00 do 10.45 hodin. Pro rodiče s dětmi od 1 roku. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do neděle 12. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Středa 15. 4.

Coworking

Od 11.00 do 13.00 hodin. Je třeba se přihlásit do úterý 14. dubna 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. **CENA za hodinu bez hlídání dětí:** nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč. **CENA za hodinu s hlídáním dětí:** nečlen/ka 120 Kč, člen/ka 100 Kč, člen/ka Plus 70 Kč.

Příběhy pomáhají Přátelský den

Od 15.30 do 18.00 hodin v Knihovně města Hradce Králové ve Wonkově ulici.

Prostřednictvím knižních příběhů i tvořivých workshopů se na setkání představí organizace, které v našem městě pomáhají rodinám. Mezi ně patří i naše centrum. Vstup volný. Více informací na:

<https://www.knihovnahk.cz/pro-deti/kalendar-akci/pribehy-pomahaji-p-ratelsky-den>

Čtvrtek 16. 4.

Pilates

Od 8.00 do 9.00 hodin. Hlídaní dětí je zdarma. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do úterý 14. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Modlitby matek

Od 9.00 do 9.30 hodin. Otevřené setkání pro ty, kdo se chtějí ve společenství pomodlit za své rodiny. Na tuto aktivitu se není třeba přihlašovat a je zdarma.

Duchovní program

od 10.00 do 11.00 hodin

nejen pro maminky s dětmi

S **P. Marianem Benkem** nás čeká povídání a společné zpívání za doprovodu kytary.

Vstupné: Hradí se pouze pobytne: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč. Hlídaní dětí zajištěno.

Je třeba se přihlásit do úterý 14. dubna 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Pátek 17. 4.

Cvičeníčko

Od 9.00 do 9.50 hodin. Pro rodiče s dětmi od 1,5 roku. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do středy 15. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Kavárnička (nejen) pro dříve narozené

Od 10.00 do 11.30 hodin. Otevřené setkání v rámci Klubu prarodičů a seniorů. Je vám doma dlouhá chvíle? Chcete si najít nové přátele? Nemáte si s kým dát šálek kávy nebo čaje a popovídat si? Rádi se věnujete ručním pracím, rádi tvoříte nebo se dozvídáte něco nového? Přijďte do naší „kavárničky“. Program bude přizpůsoben dle zájmů účastníků. Není nutné se hlásit přes rezervační systém. Hlídnání dětí není zajištěno. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1.

Ruční práce: Jarní výšivka (stonkový steh)

Od 17.00 do 20.00 hodin. Pro děti od 9 let a dospělé. Vstupné: nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 60 Kč. Lektorka Mgr. Jana Koutníková. **Je třeba se přihlásit do středy 15. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Pondělí 20. 4.

Rehabilitační cvičení

Od 19.30 do 20.30 hodin. POUZE ONLINE. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do soboty 18. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. Poté obdržíte na váš e-mail odkaz pro připojení na lekci a informace k platbě.

Úterý 21. 4.

Rehabilitační cvičení

Od 9.00 do 10.00 hodin. Hlídnání dětí je zdarma. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. Můžete si přijít zacvičit osobně nebo se připojit online. **Je třeba se přihlásit do neděle 19. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. Poté obdržíte na váš e-mail odkaz pro připojení na lekci a informace k platbě.

Malovánky: Zajičci

Od 10.00 do 10.45 hodin. Pro rodiče s dětmi od 2 let. Pomůcky zajištěny. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do neděle 19. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Středa 22. 4.

Coworking

Od 11.00 do 13.00 hodin. Je třeba se přihlásit do úterý 21. dubna 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. **CENA za hodinu bez hlídání dětí:** nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč. **CENA za hodinu s hlídáním dětí:** nečlen/ka 120 Kč, člen/ka 100 Kč, člen/ka Plus 70 Kč.

Keramika: Dokončení a glazování výrobků

Od 16.00 do 18.00 hodin. Pomůcky zajištěny. Vstupné: nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 60 Kč. Vstupné pro tvořící děti je poloviční. Hlídání mladších dětí je zajištěno. Lektorka Mgr. Jana Koutníková. **Je třeba se přihlásit do neděle 19. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Čtvrtek 23. 4.

Pilates

Od 8.00 do 9.00 hodin. Hlídání dětí je zdarma. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do úterý 21. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Modlitby matek

Od 9.00 do 9.30 hodin. Otevřené setkání pro ty, kdo se chtějí ve společenství pomodlit za své rodiny. Na tuto aktivitu se není třeba přihlašovat a je zdarma.

Stravou ke zdraví

od 10.00 do 12.00 hodin beseda s MUDr. Mgr. Terezou Žemličkovou ze Sportovního studia a výživové poradny GoMango

Dozvíte se:

- co jíst po celý rok bez zbytečných extrémů.
- jak se stravovat preventivně a jakým způsobem při stanovené diagnóze.
- jak má vypadat stravování při přípravě na těhotenství a kojení.

Hradí se vstupné: nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč, studenti a senioři 50 Kč. Hlídkání dětí zajištěno.

Je třeba se přihlásit nejpozději do úterý 21. dubna 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Poznámka: jedná se o setkání, které bylo z organizačních důvodů přeloženo z února.

Maminec

Od 13.30 hodin. Setkání s tvorbou programu. Rádi mezi sebou přivítáme všechny zájemce, kteří se chtějí aktivně podílet na chodu centra.

Šicí poradna

Od 15.30 do 17.30 hodin. Konzultace, drobné opravy, výměny zipů, úpravy stříhů apod. Vstupné za započatou hodinu: 150 Kč nečlen/ka, 100 Kč člen/ka. Koná se minimálně pro 2 zájemce. **Je třeba se přihlásit nejpozději do úterý 21. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Pátek 24. 4.

Cvičeníčko

Od 9.00 do 9.50 hodin. Pro rodiče s dětmi od 1,5 roku. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do středy 22. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Kavárnička (nejen) pro dříve narozené

Od 10.00 do 11.30 hodin. Otevřené setkání v rámci Klubu prarodičů a seniorů. Je vám doma dlouhá chvíle? Chcete si najít nové přátele? Nemáte si s kým dát šálek kávy nebo čaje a popovídat si? Rádi se věnujete ručním pracím, rádi tvoříte nebo se dozvídáte něco nového? Přijďte do naší „kavárničky“. Program bude přizpůsoben dle zájmů účastníků. Není nutné se hlásit přes rezervační systém. Hlídkání dětí není zajištěno. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1.

Neděle 26. 4.

Čarodějnické odpoledne

od 15.00 do 17.00 hodin

zahrada Biskupského gymnázia (vchod do dvora z Kozinovy ulice)

Zveme vás na již tradiční slet malých čarodějnic a čarodějů v doprovodu rodičů. Tematické kostýmy jsou vítány. Oblíbené putování po stanovištích s čarodějnickými úkoly také letos zpestří ukázka králičího hopu. Na závěr bude připraven oheň na opékání vuřtů, ty si však musíte přinést s sebou.

Vstupné je 50 Kč za rodinu.

Z organizačních důvodů uvítáme, když se přihlásíte do pátku 24. dubna 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>, **ale můžete také přijít bez přihlášení přímo na místo konání kdykoliv v uvedené době.**

Pondělí 27. 4.

Rehabilitační cvičení

Od 19.30 do 20.30 hodin. POUZE ONLINE. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do soboty 25. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. Poté obdržíte na váš e-mail odkaz pro připojení na lekci a informace k platbě.

Úterý 28. 4.

Rehabilitační cvičení

Od 9.00 do 10.00 hodin. Hlídaní dětí je zdarma. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. Můžete si přijít zacvičit osobně nebo se připojit online. **Je třeba se přihlásit do neděle 26. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. Poté obdržíte na váš e-mail odkaz pro připojení na lekci a informace k platbě.

Zpívánky

Od 10.00 do 10.45 hodin. Pro rodiče s dětmi od 1 roku. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do neděle 26. dubna 2026** přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Středa 29. 4.

Coworking

Od 11.00 do 13.00 hodin. Je třeba se přihlásit do úterý 28. dubna 2026 přes: <https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>. **CENA za hodinu bez hlídání dětí:** nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč. **CENA za hodinu s hlídáním dětí:** nečlen/ka 120 Kč, člen/ka 100 Kč, člen/ka Plus 70 Kč.

Péče o pokojové rostliny

od 18.00 do 20.00 hodin beseda s Martinou Pokornou z Květinářství Dovázy

Dozvíte se, jak:

- nakoupit rostliny.
- je správně umístit a pečovat o ně.
- přesazovat.
- připravit vlastní substrát.
- se zbavit škůdců.

Hradí se vstupné: nečlen/ka 100 Kč, člen/ka 80 Kč, člen/ka Plus 50 Kč, studenti a senioři 50 Kč. Hlídní dětí zajištěno.

Je třeba se přihlásit nejpozději do pondělí 27. dubna 2026 přes:
<https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Čtvrtek 30. 4.

Pilates

Od 8.00 do 9.00 hodin. Hlídní dětí je zdarma. Vstupné: nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč, případně permanentka 10+1. **Je třeba se přihlásit do úterý 28. dubna 2026 přes:**
<https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.

Modlitby matek

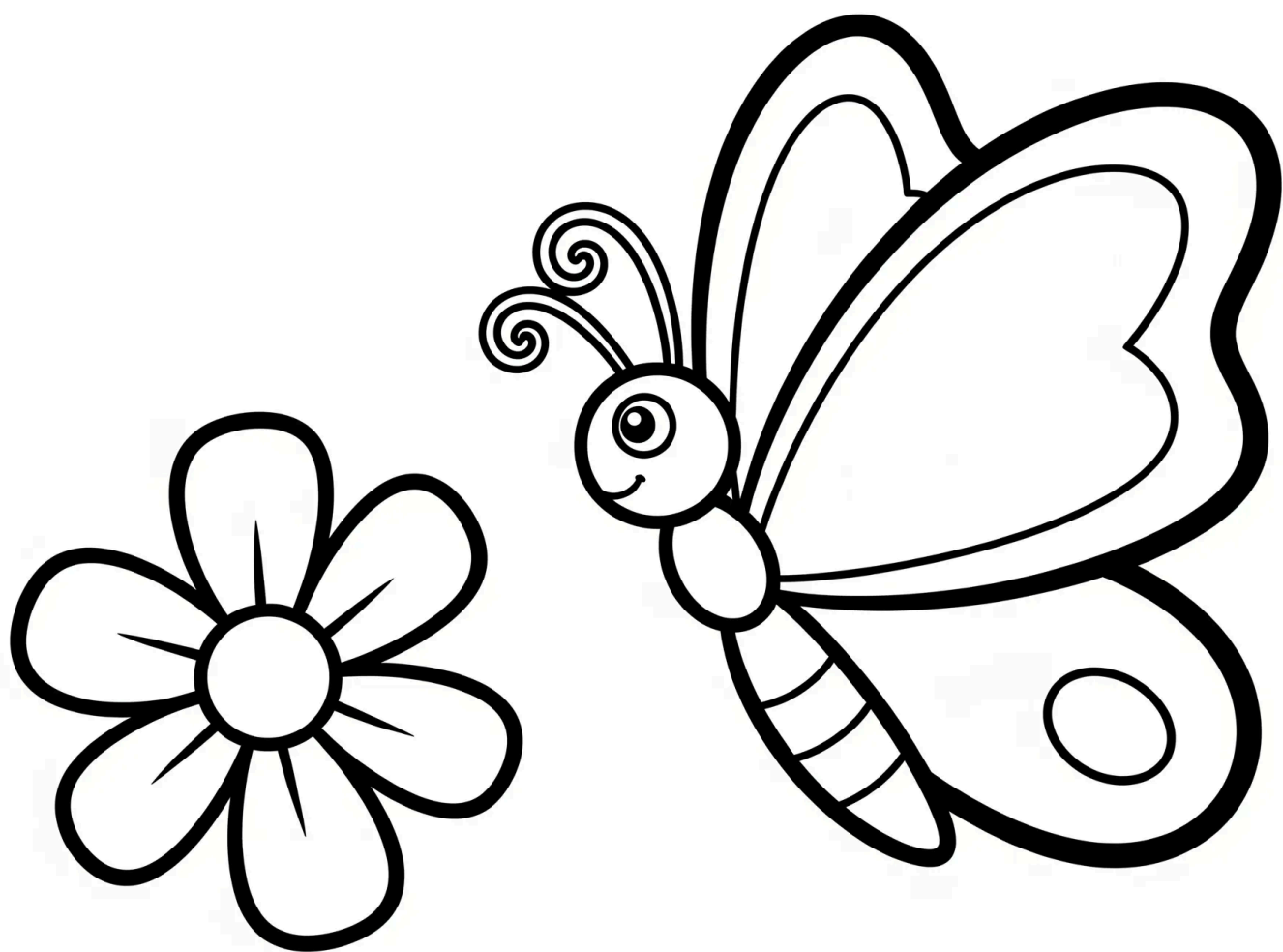
Od 9.00 do 9.30 hodin. Otevřené setkání pro ty, kdo se chtějí ve společenství pomodlit za své rodiny. Na tuto aktivitu se není třeba přihlašovat a je zdarma.

V hlavní roli: Kuskus

od 10.00 do 12.00 hodin setkání pod vedením Mgr. Lucie Podhrázké Duškové, mimo jiné kuchařky hotelové kuchyně

Objevujte spolu s námi chutné a rozmanité recepty z běžně dostupných surovin typických pro naši zem. Oblíbený cyklus kulinářských dostaveníček vám poskytne nejen porci oběda, ale i nápady a tipy na tematické a sezonní pokrmy.

Hradí se vstupné: pobytné (nečlen/ka 50 Kč, člen/ka 30 Kč, člen/ka Plus 0 Kč) + 120 Kč za oběd. Hlídní dětí zajištěno. **Je třeba se přihlásit nejpozději do úterý 28. dubna 2026 přes:**
<https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>.



GDPR

S veškerými osobními údaji zacházíme v souladu s pravidly GDPR. Více informací na našem webu.

FINANČNÍ PODPORA



INDIVIDUÁLNÍ PORADENSTVÍ

Právní poradna Mgr. Petry Kotáskové Šenkýřové

Finanční poradna Ing. Jany Lídlové

Poradna Mgr. Ludmily Valešové **pro rodiny se specifickými potřebami**

Psychoterapeutická poradna Mgr. Petry Čechové

Poradna duly Mgr. Lucie Duškové Podhrázké

Poradna koučky Mgr. Evy Zikmundové

VOLNÁ HERNA

pondělí až pátek 09.00 – 12.00 hod.

Možnost přijít si nezávazně posedět a popovídat, zatímco si děti pohrají. Bez hlídání dětí.

KLUBY RODIČŮ A PRARODIČŮ

Pondělí až pátek při aktivitách,
více v našem měsíčníku Lístky Sedmíkrásky.

KONTAKTY

Pevná linka: 495 512 901 – přímo do KRC

Sedmíkráska (v otevírací době)

Mobil: 775 989 270, Mgr. Ludmila Valešová

E-mail: sedmikraskahk@volny.cz

Web: <http://www.sedmikraskahk.com/>

FB: www.facebook.com/sedmikraskahk

Adresa: KRC Sedmíkráska, z. s.

Zieglerova 230, 500 03 Hradec Králové 3

Scházíme se každý všední den v prostorách
KRC Sedmíkráska. Otevírací doba centra je
dle pravidelných aktivit.

Úřední hodiny provozní 8.30 – 9.30 hod.

U NÁS
ROZKVETETE...

<https://www.sedmikraskahk.cz/rezervacni-system>

