

## Öt elem – meridián jóga

Havonta egy szerdán 9.30-10.30-ig,  
vezető: Jakab Erika. Ár: Minden új résztvevőnek  
az első alkalom, a módszer elsajátítása: 2000 Ft;  
további alkalmak: 800 Ft/alk

## Közösségi Ház - JMMK

2040 Budaörs, Lévai u. 34. Tel.: 06/23-421-594

Május 5-től keddenként **Nők egymás közt:**  
**szeretettelvélve a párkapcsolatban és a családban**  
Kezdés: 17.30 ; Az első alkalom ingyenes

Május 8. péntek **Próbáljuk ki! - Pénzvonzás –**  
**technikák, gyakorlatok** Kezdés: 11 óra; Belépő: 500 Ft

Május 9. szombat **Készítsük együtt! Gyöngyfűzési**  
**technikák kicsiknek-nagyoknak.**  
Kezdés: 10 óra; Belépő: 300 Ft

Május 13. szerda **Baba-mama klub**  
Kezdés 10 óra; A belépés ingyenes

Május 15. péntek **Rímkovácsok – felolvasós**  
**találkozó a vers kedvelőinek;** Kezdés: 14 óra

Május 22. péntek **Egészségnap, előadások,**  
**kezelések, mandalafestés, stb. – Egész nap**

Május 27. szerda **Baba-mama klub**  
Kezdés 10 óra; A belépés ingyenes

Május 31.vasárnap **Gyereknep a Zöldkörrel**

## Állandó programok a Közösségi Házban:

**Meridiántorna** keddenként 12.00 órától és  
csütörtökönként 16.45 órától minden korosztálynak  
– ingyenes

**Hölgyek tornája** hétfőnként 16.30 és keddenként  
18.30 órától , Belépő: 600 Ft/ alkalom

**Jóga** szerdánként 17.30 órától és 19.00 órától ,  
Belépő: 800 Ft/alkalom

**Gerinc jóga** keddenként és péntekenként 9.00  
órától, Belépő: 800 Ft/alkalom

**Tai Chi** csütörtökönként 9.00 és 10.30.órától –  
minden korosztálynak – ingyenes

**Kalocsai Klub** keddenként 15.00. órától – ingyenes

**Musical-jazz tánc** tini lányoknak – keddenként és  
csütörtökönként 15.00 -16.00 óráig

**Ringató** családi foglalkozás keddenként 11.00  
órától Belépő: 800 Ft/alkalom

**Hastánc** keddenként 16.30 órától.  
4 alkalmas bérlet: 5000 Ft

**Szabadpoc, adománypoc – folyamatosan**

**R**ÉGÉSZETI KIÁLLÍTÁS  
BUDAÖRS

2040 Budaörs, Károly király u. 2.  
Telefon: +36-30-376-6699  
info@regeszeti muzeum.hu  
www.regeszeti muzeum.hu

Május 9. szombat  
**Budaörs Fesztivál**

Május 16. szombat  
**Múzeumok Majálisa (Nemzeti Múzeum kertjében)**

Május 23. szombat  
**Kaland – Vár, Országos Várfesztivál (Vajdahunyadvár)**

Május 31. vasárnap  
**Gyereknep a Csiki Pihenőkertben**



**Bleyer Jakab Helytörténeti  
Gyűjtemény „Heimatumuseum”**

2040 Budaörs, Budapesti út 45.  
www.heimatumuseum.hu  
info@heimatumuseum.hu  
06-23-440-217

Állandó kiállítás: Budaörs története a betelepüléstől  
az 1946-os kitelepítésig. Korabeli német lakóház  
bemutatása.

„Budaörsi présházak nyomában” időszaki kiállítás  
2015. szeptember 30-ig

Hagyományörző szakkör Komjádne Udvarnok  
Margittal csütörtökönként 14 és 16:30 között

„Ahogy én láttam őket” Karikatúra-kiállítás Kovács  
László grafikus rajzaiból a múzeum galériájában

Május 9. szombat  
**Budaörs Fesztivál**

Május 21. csütörtök  
**Múzeumi Szabadegyetem tavaszi szemeszter;**  
Kezdés: 17 óra

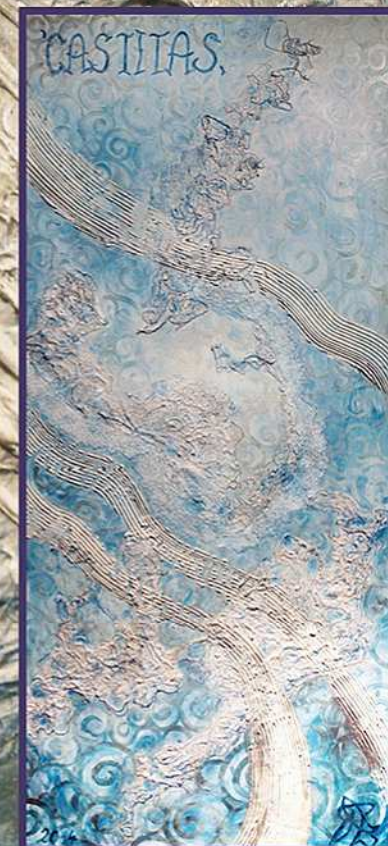
**JÓKAI MÓR  
MŰVELŐDÉSI  
KÖZPONT**

**KÖZÖSSÉGI  
HÁZ - JMMK**

**VÁROSI  
RÉGÉSZETI  
KIÁLLÍTÁS**

**BLEYER JAKAB  
HELYTÖRTÉNETI  
GYŰJTEMÉNY**

# MÁJUS



**PACZELT ANDREA:**  
Castitas – Tisztaság  
(vegyes technika 250x125 cm)



## JÓKAI MÓR MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

2040 Budaörs, Szabadság út 26. | 06 (23) 441-541  
www.jmmk.hu | program@jmmk.hu  
www.facebook.com/jmmkbudaors

Május 4. hétfő

**Magyar Történelmi Szalon előadása**  
Kezdés 18 óra; A belépés ingyenes

Május 6. szerda

**Ne légy kevesebb, mint amennyi vagy! – Mindenkinek, aki szükségét érzi vagy munkát keres...** - az interaktív beszélgetést vezeti:  
**Dr. Sótér Andrea** szociális készségfejlesztő tréner –  
**A diadal útja: önérvényesítés.** Kezdés: 15 óra;  
A belépés ingyenes

Május 11. hétfő

**Monok Zsuzsanna** Kikelet író nő **Amikor én sírok** című könyvbemutató estje. Kezdés: 18 óra;  
A belépés ingyenes

Május 12. hétfő

**Virágok Vetélkedője;** Kezdés: 13 óra

Május 13. szerda

**Ne légy kevesebb, mint amennyi vagy!**  
**Utolsó előadás: Gazdálkodj okosan az időddel!**  
Kezdés: 15 óra; A belépés ingyenes

Május 13. szerda

**Beszélgetés sorozat:**  
Salamon Suba László vendége: **Háy János, író**  
Kezdés: 19 óra, A belépés ingyenes

Május 16. szombat

A JMMK ad helyet az alábbi programnak:  
**Kapd el Bandyt és a Madárembert!**  
**Ne csak otthon a monitor előtt legyél nagy arc!**  
Terepcsapatverseny általános iskolásoknak!

3-5 fős csapatok jelentkezését várjuk, akik szívesen üldöz-  
nék, és keresnék meg a budaörsi hegyekben Bandyt és  
Madárembert. A feladat, adott területen a Szekrényes  
és a Szállás-hegyen, tíz alkalommal megtalálni őket, és  
mielőbb visszatérni a bázisra, azaz a JMMK kertjéhez,  
ami egyben az indulási pont is. Az a csapat nyer, aki a  
megadott időn belül legtöbbször (max. 10 alkalommal)

megtalálja a két jómadarat, majd leghamarabb tér vissza a bázisra. Ehhez szükséges a jó megfigyelő képesség, megfelelő taktika, összetartás, jó tájékozódás. Az első három csapat díjazásban részesül, valamint minden csapatot egy tál meleg étel erejéig vendégül látunk a verseny végén a JMMK kertjében.

Részvételi díj: 300 Ft/fő, Érdeklődni, és nevezni a petreny@gmail.com-on, vagy a 06-20-9352-669-es telefonszámon lehet! Nevezés 9 órától, eligazítás 9.30 órától, START 10 órakor!

Május 17. vasárnap

**Jubileumi Ünnepi Műsor – 20 éves a Vass Lajos Népzenei Szövetség.** Ünnepélyes megnyitó: 10 óra

Május 21. csütörtök

**Mozgáskorlátozottak Zenés Nyugdíjas Estje;**  
Kezdés: 15 óra

Május 28. csütörtök

**Kapcsolatok sorozat: PÁL FERI atya előadása: A lelki erő fejlesztése- Éltető spiritualitás;**  
Kezdés: 18.30; Belépő: 600 Ft

Május 29. péntek

**Filmklub : Élet-Szín-Tér : Isten hozott az Isten háta mögött** (színes, francia vígjáték, 106 perc, 2008);  
Nyárindító, könnyed, életteli vígjáték!  
Kezdés 21 óra: A belépés ingyenes; **Jó idő esetén kertmozis vetítés!!!**

Május 31. vasárnap

**GYEREKNAP: Szabadtéri bolhapiac gyerekeknek**  
Közben: Katáng zenekar , bűvész, bábszínház és más gyereknapi programok! Csak gyermekek árulhatnak a bolhapiacon előzetes asztalfoglalással.  
Egy asztal ára: 200 Ft; Előzetes asztalfoglalás:  
Tel: 23-441-541; koporosy.bori@jmmk.hu;  
Kezdés: 10 óra

Június 14. vasárnap

**Piros Rózsa Dalkör - 2. negyedéves műsor**  
Kezdés: 15 óra

## ÁLLANDÓ PROGRAMOK

**Gerinjóga nyugdíjasoknak**

Hétfőn és péntekenként 10 órától,  
vezető: Jakab Erika. Ár: 600 Ft/alk.

**Tanulástechnika tanfolyam**

Minden hétfőn 17 órától, vezető: Györffy Andrea.  
Ár: 1000 Ft/alk., 3.200 Ft/ 4 alkalom

**Hangoló – hangtechnikai tanfolyam**

Szerdánként 16.30-17.30-ig, vezető: Tóth László.  
Ár: 1000 Ft/alk., 3500 Ft/ 4 alk.

**Kerekítő Mondókás Móka**

0-3 évig csütörtökönként 9.30-tól;  
vezető: J.Kovács Judit

**Kerekítő Bábos Torna**

1-3 évig csütörtökönként 10.15-től;  
vezető: J.Kovács Judit (www.kerekito.hu)

**Fortélyok fából - fafaragás**

Keddenként 17.00-19.00-ig, vezető: Petrény András.  
Ár: 700 Ft/alk.

**Gyöngyfűzés**

Kéthetente hétfőn 17.00-18.30-ig,  
vezető: Nagy Gyöngyi. Ár: 800 Ft/alk.

**Jóga**

Hétfőn és szerdán 8.00-9.30-ig  
vezető: Rónai Róbert. Ár: 800 Ft/alk.

**Kocogi-Futócsoport**

Minden hétfőn 18 órától, találkozó a Herman Iskola Futópályánál. A belépés ingyenes;  
Vezető: Gyurcsik Szilvia

**Pilates**

Minden kedden és pénteken 8.00-9.00-ig, vezető:  
Molnár Gréta. Ár: 700 Ft/alk.

**Surranók Túraklub**

Havonta két alkalom, vezető: Petrény András ;  
„Surranók” túraklub részletes túrái a facebookon elérhetőek

**Szélrózsa Néptáncgyűttes**

Kedden és csütörtökön 15.30-21.30-ig,  
vezető: Tündik Tamás

**Babakészítés**

Népi játékok, babák készítése textiliából  
csütörtökönként 18 órától, vezető: Fülöp Margó.  
Ár: 800 Ft/alk.

**Sétálj Velem Sétaklub**

Hétfőn és szerdán 18.00-20.00-ig, vezető: Petrény András ; a részvétel ingyenes, az útvonal mindig ugyanaz, indulás a JMMK elől