

Október 21.szombat 10.00 órától  
**Egészségnap** –részletek plakáton és a facebook  
oldalon - Belépés ingyenes

Október 28. szombat 11.00  
**Bűvész klub**  
Belépés ingyenes

### Állandó programok a Közösségi Házban:

**Német társalgás** péntekenként 10:00-tól, ingyenes.  
Vezeti: Tóthné Bencze Marika.

**Kalocsai Hímzőklub** keddenként 15:00-tól, ingyenes.  
Vezeti: Szentesi Zsuzsi.

**Gyógyító torna jóga elemekkel /Do-in/** keddenként  
12.00 órától. Ingyenes Vezeti: Pintér Krisztina

**Meridiántorna** keddenként 13:00-tól és csütörtökön-  
ként 16:45-től. Ingyenes.

**Tai Chi** csütörtökönként 09:00-tól és 10:30-tól,  
ingyenes. Vezeti: Mizik-Fiedler Piroska

**Hahota torna** szerdánként 9:00-tól, belépő: 500 Ft.  
Vezeti: Király Vilma.

**Hölgyek tornája** hétfőnként 16:30-tól, keddenként  
18:30-tól 60 perc. Belépő: 1000 Ft/alk.  
Bérlet: 3500 Ft/5 alk. Vezeti: Tábor Etelka.

**Jóga** szerdánként 17.30 – 19.00 és 19.00 – 20.30  
Belépő: 1000 Ft/alkalom, Bérlet 8000Ft/10 alk.  
Vezeti: Rónai Róbert

**Gerincjóga** keddenként és péntekenként 8.30 –  
10.00. Belépő: 1000 Ft/alk nyugdíjas 800 Ft/alk.  
Bérlet: 8000Ft/10 alk. Vezeti: Homonnay Fanny

**Musical-jazz tánc** Tini lányoknak! Keddenként és  
csütörtökönként 15:00-tól. Vezeti: Horváth-Mester  
Henriett.

**Ringató** Énekes foglalkozás 3 éves korig.  
Péntekenként 10:15-től. Belépő: 800 Ft/alk.  
Vezeti: Bauerné Tóth Katalin.

**Hastánc** keddenként 17:00-tól. Belépő: 800 Ft/alk.  
Bérlet: 5500 Ft/ 8 alk. Vezeti: Palatinus Ildikó.

**Musical tréning** ének, tánc tanítás 9 éven felüli  
gyerekeknek szombatonként 9.00-11.30  
Vezeti: Horváth-Mester Henriett, Fejes Szandra,  
Borbás Erika

**ÚJ! Fairy dance** - balett ovisoknak. Péntekenként  
16.30-17.15 Vezeti: Horváth-Mester Henriett  
Belépő:1000Ft/alk.

**ÚJ! Szenior örömtánc** - mozgás-öröm-agytorna  
csütörtökönként 12.00. Belépő: 800Ft/alk.  
3500Ft/5alk. Vezeti: Almási Judit

**Asztrológia teaklub** minden hó első péntek  
18.00-21.00 –ingyenes

**Symbolon klub** minden hó 2. péntek 18.00-21.00  
Vezeti: Dudás Mária, Sebestyén Attila.  
Belépő: 1000Ft

**Baba-mama klub** minden hó páros szerdáján,  
védőnőkkel 10.00-12.00. ingyenes

**Rímkovácsok** felolvasós találkozó a versek  
kedvelőinek, minden hó 3. péntek 14.00

**Kreatív ásványkészítés, ásványtanácsadás**  
Minden hónap második péntekén 16:00-tól.

**SZABAD KÖNYVESPOLC, CSERE-BERE**  
**ADOMÁNYPOLC** - folyamatosan

**R**ÉGÉSZETI KIÁLLÍTÁS  
BUDAÖRS

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

Városi Régészeti Kiállítás  
Szombatonként 10-13 óráig, a belépés díjtalan

2017. október 7.  
**Múzeumok Őszi Fesztiválja: Nagy rajzolás**

2017. október 14.  
**Őszi ajtó és ablakdíszek készítése**

2017. október 28.  
**Halloween díszek készítése**

**Fojt Dániel: Vizbe lépő lány**  
A kiállítás szeptember 15-től megtekinthető a Galériában.

Műsorfüzetünk megjelenik havonta 8.000 példányban.  
A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk.

OKTÓBER

JÓKAI MÓR  
MŰVELŐDÉSI  
KÖZPONT

KÖZÖSSÉGI  
HÁZ - JMMK

VÁROSI  
RÉGÉSZETI  
KIÁLLÍTÁS



## JÓKAI MÓR MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

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

Október 1. vasárnap

**Népmese Napja - Katáng zenekar, Király kis Miklós bábelőadás, népi játszótér, babakonyha, állatsimogató, finomságok, mézeskalács sütés.**

Kezdés: 10-14 óra között - programok kicsiknek és nagyoknak a JMMK előtti szervizúton. **A belépés ingyenes.**

Október 2. hétfő 19:00

**Dumaszínház – Kiss Ádám és Benk Dénes közös estje.**  
A belépő: 3.100 Ft

Október 3. kedd 19:00

**Dr. Csernus Imre előadása – Találd meg önmagad!**  
Belépő: 2.700 Ft

Október 4. szerda 18:00

**Magyar Történelmi Szalon**

Dr. Kubassek János, a Magyar Földrajzi Múzeum igazgatójának előadása vetítéssel Kittenberger Kálmán vadász, utazó, íróról

Október 5. csütörtök 19:00

**Filmklub „Kötélékek”: Gilbert Grape**

Ingyenes a belépés (amerikai dráma 1993, 113 perc).

Október 8. vasárnap 10:00-14:00

**Állatok Világnapja**

Állatos programok sokasága, kutyás és solymász bemutató, állatsimogató, állatorvosi és kutyakozmetikai tanácsadás, törpesünök és vadászgörények. Állati arcfestés, lufihajtogatás és sok más várja az ide látogatókat. programok kicsiknek és nagyoknak a JMMK előtti szervizúton. **A belépés ingyenes.**

Október 12. csütörtök 19:00

**Kapcsolatok: Szondy Máté**

Belépő: 1000 Ft.

Október 16. hétfő 19:00

**Világjárók sorozat: Sri Lanka**

Kozári Karina előadása. A belépés ingyenes.

Október 18-22.

**PRIMANIMA**

Nemzetközi Elsőfilmes Animációs Fesztivál  
Bővebb információ: [www.primanima.eu](http://www.primanima.eu)

Október 26. csütörtök 16:00

**Nyugdíjas Zenés Est**

Október 30. hétfő 18:00

**Művészetek sorozat: Trükkös tükrök a festészetben**

Balázs Dóra (ARTmargók) előadása.

A belépés ingyenes.

### ÁLLANDÓ PROGRAMOK

**ÚJ! Mese Maci bábos kalandjai**

komplex művészeti baba-mama és óvodás foglalkozás. Minden, ami egy kisgyermek fejlődéséhez fontos lehet. Bábos mese, zene, sok-sok mondóka, énekszó, élő hangszerjáték, közös élmény a szülővel, nagyszülővel! Szeptember 19-től keddenként 17:00-tól Mese Maci ovisoknak, szerdánként 10:00-tól Mese Maci babáknak!  
Bejelentkezés és részletek: [www.mesemaci.hu](http://www.mesemaci.hu),  
0670/ 22 67 111, foglalkozásvezető: Enyedi Anita

**ÚJ! Október 13-tól Pilates**

pénteken 14:30-15:30., Ár: 1.500 Ft/alk.

vezető: Kuti Krisztina 06-70/604-6992

**Foltvarró Haladó Tanfolyam**

Hétfőnként 17:00-20:00, vezető: Nyiredy Judit

**Kerekítő Mondókás Móka**

0-3 évig csütörtökönként 9:30-tól.

**Kerekítő Bábos Torna**

1-3 évig csütörtökönként 10:15-től,  
vezető: J. Kovács Judit. [www.kerekito.hu](http://www.kerekito.hu)

**Gerincjoga nyugdíjasoknak**

Minden kedden és pénteken 10:30-11:30-ig,  
vezető: Homonnay Fanni. Ár: 800 Ft/alk.

**Jóga**

Hétfőn és szerdán 8:00-9:30, vezető: Rónai Róbert.

Ár: 1000 Ft/alk.

**Gyöngyfüzés**

Páratlan heteken hétfőn 17:00-18:30,  
vezető: Nagy Gyöngyi. Ár: 800 Ft/alk.

**Fortélyok fából-fafaragás**

Keddenként 17:00-19:00, vezető: Petrény András.  
Ár: 700 Ft/alk.

**Hangoló- hangtechnikai tanfolyam**

Szerdánként 16:30-17:30, vezető: Tóth László.

Ár: 1000 Ft/alk., 3500 Ft/ 4 alk.

**Kocogi-Futócsoporth**

Hétfőnként 18:00-tól és minden hónap utolsó szombatján 9.30-tól, találkozó a Herman Iskola futópályájánál. A belépés ingyenes, vezető: Gyurcsák Szilvia.

**Surranók Túraklub**

Havonta két alkalom, a túrák úti célját a honlapunkon találják! Vezető: Petrény András.

**Sétálj Velem Sétaklub**

Hétfőn és szerdán 18:00-20:00, vezető: Petrény András. Indulás a JMMK elől.

### Közösségi Ház - JMMK

2040 Budaörs, Lévai u. 34. Tel.: 06/23-703-004,  
30/613-8240, facebook.com/kozossegebudaors

**Szemtorna** októberben, a látás hónapján hétfőnként 10.00 órától - Belépés ingyenes

Október 2. hétfő 12.00

**Szenior örömtánc –idősebbeknek az idősek napján**  
Belépés ingyenes!

Október 7-8. Szombat-vasárnap

**Frissítő talpmasszázs tanfolyam** Bollobás Marikával-  
Belépő 8000 Ft

Október 14. szombat 12.00

**Nyers étel klub Lénárt Gittával** – Belépő bármilyen készétel vagy alapanyag.

Október 15. vasárnap 10.00

**Vitamin-nap** – Vetélkedő az egészséges táplálkozásról gyerekeknek. (Zöldkör) Belépés ingyenes.

Október 17. kedd 17.00-19.00 (5 alkalommal)

**Anya születik** - önismereti csoport várandós kismamáknak jel.: [goncfalvi@gmail.com](mailto:goncfalvi@gmail.com)