



Boňkov

Činnost ČSŽ Boňkov 2025

- **Založen 2023, třináct členů**
- **Vědomostní kvízy** – jarní, školní a slavnostní
- **Nové aktivity** – jóga, cvičení, malování na kamínky
- **Oslavy 720 let Boňkova** – kavárnička, komentovaná prohlídka obce
- **Autorské čtení** – Petra Špindlerová: Sárí a džíny
- **Krajská konference ČSŽ v Přibyslavi**

ÚNOR - MASOPUST



DUBEN - JARNÍ KVÍZ



DUBEN - JÓGOVÉ ODPOLEDNE



KVĚTEN - MALOVÁNÍ NA KAMÍNKY



ČERVEN - ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ



**ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ
s Martou Brychtovou**
14. 6. 2025 - 17:00 - 20:00
Kulturní dům Boňkov

- hluboké uvolnění páteře
- posílení vnitřních svalů beder a břicha
- posílení pánevního dna
- uvolnění kyčlí a plosky nohy
- uvolnění šijových svalů

Cena 600,- Kč pomocí QR kódu nebo u Jany Rauerové (tel.: 731 895 209)



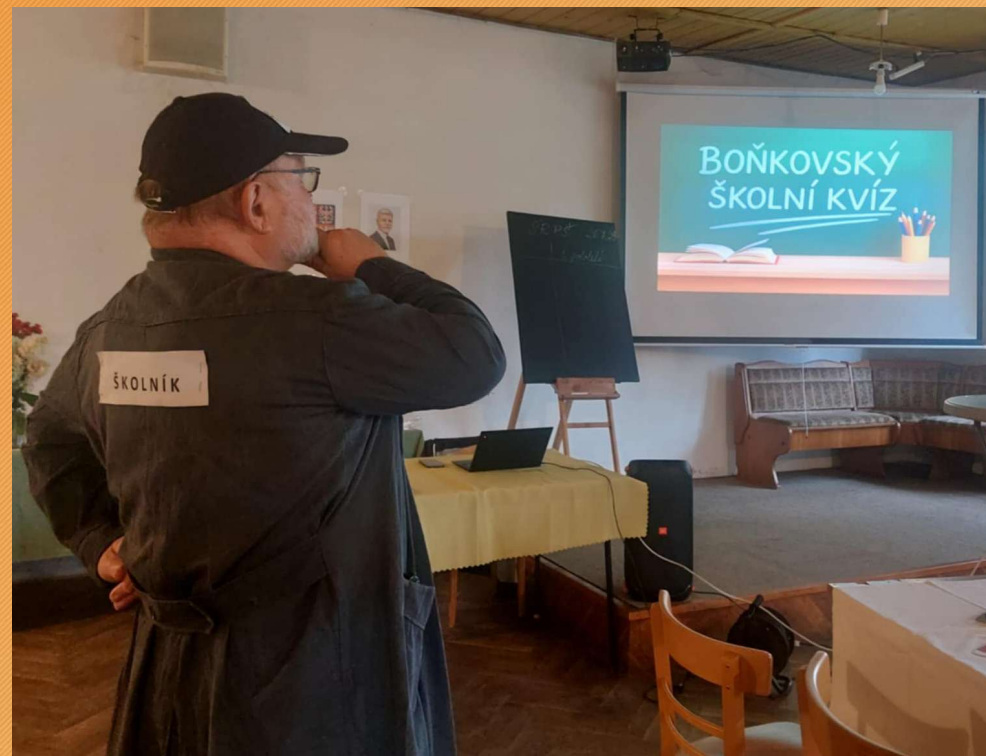
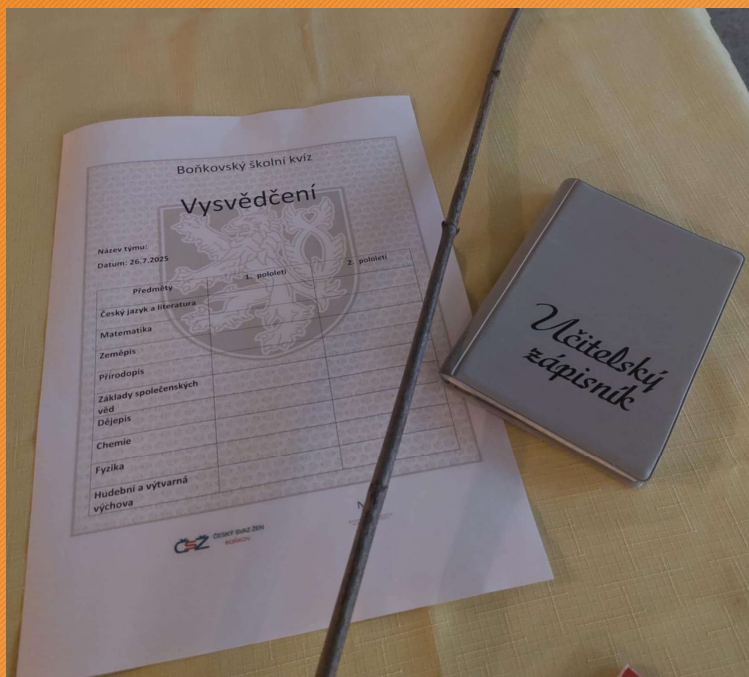
to vše cestou řízené relaxace, cvičební dechově - pohybové metody v propojení se zvukem
Co můžete čekat a co si odnesete?
Kromě výše zmíněné dechové pohybové péče o páteř a tělo i **DOBITÍ ENERGIE A NASTOLENÍ VNITŘNÍ HARMONIZACE.**



V průběhu akce se budou pořizovat fotografie pro potřeby propagace akce a organizátora akce na sociálních sítích. Vstupem na akci účastníci souhlasí s tímto zprávy.



ČERVENEC - ŠKOLNÍ KVÍZ



SRPEN - OSLAVY 720. VÝROČÍ OBCE



SRPEN - OSLAVY 720. VÝROČÍ OBCE



ZÁŘÍ - SLAVNOSTNÍ KVÍZ



Bonkovský
kvíz



ŘÍJEN - AUTORSKÉ ČTENÍ



PROSINEC - ADVENT



**Zveme Vás na
BOŇKOVSKÝ ADVENT 2025**

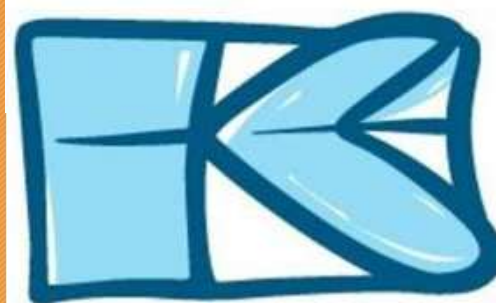
- 29. 11. 2025 - ve 13:30 hodin - zdobení stromčku na návsi a pergoly u kulturáku - přivítáme pomoc dospělých a hlavně dětí!
- 29. 11. 2025 v 17:00 hodin - rozsvícení stromku a první zpívání

Každý adventní víkend zpíváme u rozsvíceného stromčku na návsi koledy - texty jsou připraveny - vždy v 17 hodin.

- 29. 11. 2025
- 7. 12. 2025 - neděle
- 13. 12. 2025
- 20. 12. 2025

Přijďte a přijďte s dětmi!
Nasajeme vánoční atmosféru, připomeneme tradice vánočních koled, popovídáme, zahřejeme se teplým nápojem a nějakou malou dobrotou.

V průběhu akce se budou pořizovat fotografie pro potřeby propagace akce a organizátora akce na sociálních sítích. Vstupem na akci dáváte souhlas s tímto zpracováním.



**KRABICE
OD BOT**

www.krabiceodbot.cz

**Největší sbírka vánočních
dárků v ČR!**

NA CO SE TĚŠIT V ROCE 2026

- Vědomostní kvízy
- Jóga a obličejová jóga
- Aktivita pro děti
- Edukativní přednášky – první pomoc, pohybový aparát

A historical map of a region in Central Europe, likely the Bohemian-Moravian border area. The map is rendered in a sepia or aged yellow tone with black ink for place names and geographical features. Numerous towns and villages are labeled in a historical script, possibly German or Czech. A specific location, 'Boínkov', is highlighted with a green circular outline. Overlaid on the map is the text 'BOŇKOV' in a large, white, serif font, with '720 LET' (720 years) below it in a similar font.

BOŇKOV

720 LET

Děkujeme za pozornost!

Kontakt : cszbonkov@gmail.com

Informace také na FB:

