

STREFA
RELAKSU

MSK:

...to możliwe!



www.msk.lodz.pl

14:30

YOGA EXFONTE

Zapisz się na jogę
na Wyspie Kultury!

Wypróbuj tradycyjne ćwiczenia oddechowe i techniki medytacyjne.
Znajdź spokój wewnętrzny

Sprawdź zajęcia
w Domu Kultury Widok

15:30

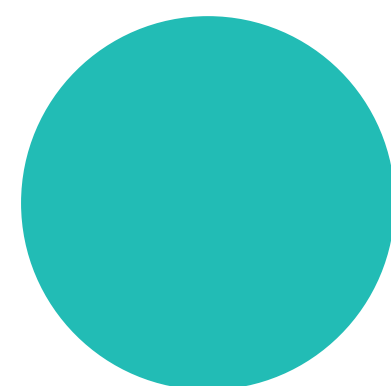
MASAŻ TAJSKI

Odpęź ciało i umysł przy warsztatach relaksujących z elementami masażu tajskiego

16:30

ZDROWY KRĘGOSŁUP

Wzmocnij swoją kondycję fizyczną i pozbaądź się wszelkiego napięcia



ŚCIEŻKA SENSORYCZNA

Pobudzający spacer? Spróbuj poczuć świat inaczej

14:00

ZENTANGLE

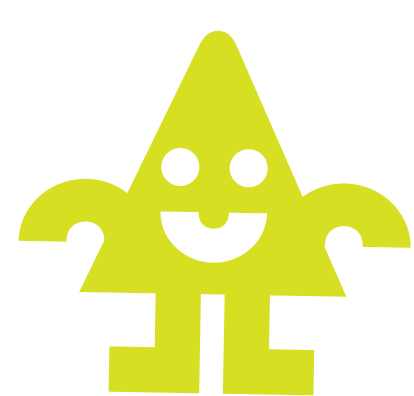
Przekształć proste kształty w skomplikowane wzory.
Zobacz jak esy-floresy nabierają nowej głębi

16:00

NEUROGRAFIKA

Zajrzyj do Domu
Kultury Ariadna

Stwórz harmonijne obrazy, które odzwierciedlą Twoje emocje



**Spróbuj czegoś nowego
i zapisz się na zajęcia!**

Patronat honorowy:

Patronat medialny:

Obserwuj nas! @miejskastrefakultury



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI
HANNA ZDANOWSKA



Facebook



Instagram

STREFA
MUZYCZNA

MSK:

...to możliwe!



www.msk.lodz.pl

14:00 - 15:30
**EKO
INSTRUMENT DIY**

Stwórz swój własny eko instrument!

14:00 - 17:30
**MUZYCZNY KĄCIK
MALUCHA**

Wybijaj rytmy, rozwijaj wrażliwość na dźwięki,
stwórz własną melodię

14:30 - 17:30
PUNKT GITAROWY

Chwyć za struny i odgrywaj rytmy,
wypróbuj instrumenty i poznaj ich specyfikę

**STUDIO PIOSENKI
MELANGE**

Posłuchaj głosów uczestników zajęć z MSK: Teofilów

14:00

FOLKOWY START

Dołącz do wspólnego tańca
ZPIT Anilana, ZTL Harnam, ZPIT Łódź

14:30

MAŁY BIGBAND

Wczuj się w rytm orkiestry z MSK: Teofilów

14:40

WARSZTATY PERKUSYJNE

Poczuj muzyczne flow, graj i śpiewaj

15:00

CHEERLEADERKI 60+

Obejrzyj i zatańcz razem z cheerleaderkami z MSK: Karolew

15:30

**ZABAWY MUZYCZNE
dla najmłodszych**

Tańcz i graj

16:30

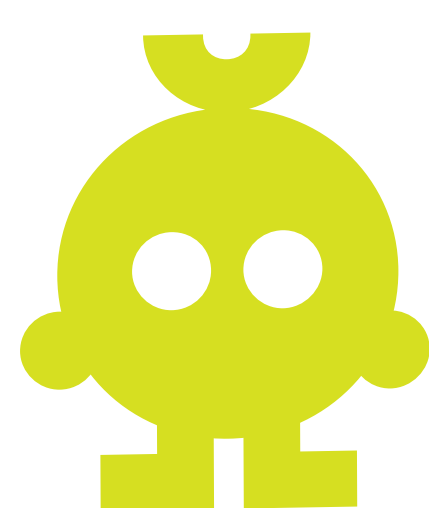
IMPRO JAZZ

Pokaz mistrzowski Marka Kądzieli - gitarzysty, kompozytora,
innowatora, poszukującego nowych brzmień i wyzwań muzycznych z MSK: Niciarniana

17:00

TANIEC W KRĘGU

Pokaz i warsztaty z MSK: Chojny



**Spróbuj czegoś nowego
i zapisz się na zajęcia!**

Patronat honorowy:

Patronat medialny:

Obserwuj nas! @miejskastrefakultury



Facebook



Instagram

STREFA
FOLKOWA

MSK:

...to możliwe!



www.msk.lodz.pl

14:00

FOLKOWY START

Dołącz do wspólnego tańca, podążaj za tancerzami MSK
ZPIT Anilana, ZTL Harnam oraz ZPIT Łódź

GRY I ZABAWY podwórkowe

Poczuj się znowu jak dziecko, spędź czas na podwórku z przyjaciółmi

SELFIE POINT

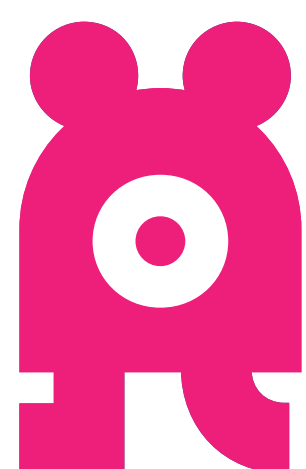
Przymierz folkowy strój i zrób sobie selfie z tancerzami MSK,
zatańcz Krakowiaka i nagraj wspólnego tiktoka :)

TAŃCZ Z NAMI

Chcesz wiedzieć jak wyciąć Hołubca?
Tancerze chętnie Ci pokażą wybrane kroki tańców ludowych

DOŁĄCZ DO ZESPOŁÓW

Porozmawiaj z tancerzami i dowiedz się jak to jest być w reprezentacji
Zespołów Ludowych, zapisz się na zajęcia :)



**Spróbuj czegoś nowego
i zapisz się na zajęcia!**

Patronat honorowy:

Patronat medialny:

Obserwuj nas! @miejskastrefakultury



PREZYDENT MIASTA ŁODZI
HANNA ZDANOWSKA



Facebook



Instagram

STREFA
PERFORMA
TYWNA

MSK:

...to możliwe!



www.msk.lodz.pl

14:00 - 18:00
**STACJA TEATRALNA
INFORMACJA**

Dowiedz się wszystkiego o teatrach w MSK,
zapisz się na zajęcia i dołącz do zespołu, występuj na naszych scenach

LOGOWOKALISTYKA

Śpiewaj i mów, mów i śpiewaj z instruktorami MSK

**Wybierz kategorię „Teatr”
w zajęciach na www.msk.lodz.pl
i znajdź grupę teatralną,
która chwyci Cię za serce :)
Odważ się stanąć w świetle reflektorów,
popraw dykcję, zyskaj pewność siebie
i spotkaj świetnych ludzi!**

14:00

**CZYTANIE
PERFORMATYWNE**

Daj nura w lekturę

14:30

PRÓBA OTWARTA

Obserwuj aktorów, zobacz jak wyglądają prawdziwe ćwiczenia teatralne

15:00

SPEKTAKL IMPROWIZOWANY

Obejrzyj autorski spektakl

15:30

RECYTACJE I INNE DŹWIĘKI

Posłuchaj tekstów W. Młynarskiego

16:00

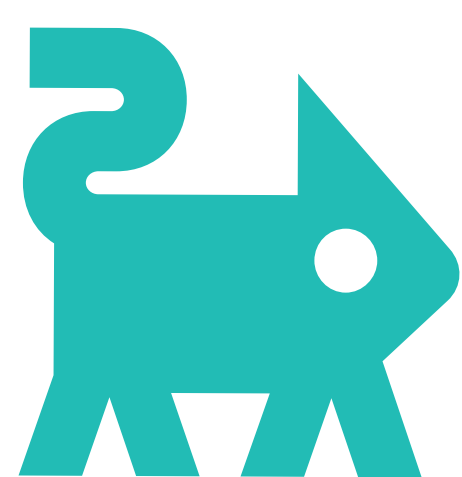
**IMPROWIZACJE TEATRALNO
MUZYCZNE**

Grupa Impro - daj się wciągnąć w akcję

16:45 - 17:45

PRÓBA OTWARTA

Wspólne działanie, dołącz do nas!



**Spróbuj czegoś nowego
i zapisz się na zajęcia!**

Patronat honorowy:

Patronat medialny:

Obserwuj nas! @miejskastrefakultury



Facebook



Instagram

STREFA
PLASTYCZNA

MSK:

...to możliwe!



www.msk.lodz.pl

**MAŁA FORMA
CERAMICZNA**

Lep, ugniataj, formuj

NON STOP KOLOR

Wybierz swój ulubiony wzór, rysuj, twórz, koloruj bez granic

14:00

MAŁA FORMA WITRAŻOWA

Daj się się zauroczyć grą światła i koloru

BRELOK Z KABLA

Stwórz upcyklingowy brelok

15:00

MAŁA FORMA TKACKA

Złap kilka wątków na raz i utkaj z nami coś niesamowitego

MONOTYPIA

Jednorazowy druk płaski, jak będzie wyglądał Twój wzór?

PAINT THEM ALL

Malowanie na odlewach gipsowych

16:00

**MAŁY WARSZTAT
HAFCIARSKI**

Wyhaftuj niezwykle wzory

ORIGAMI

Delikatnie składaj i podążaj za schematem.

KARTKA QUILINGOWA

Papier można zwiąć na wiele sposobów

17:00

NON STOP KOLOR KARTKA

Maluj, rysuj, działaj

**HAPPENING
MALARSKI**

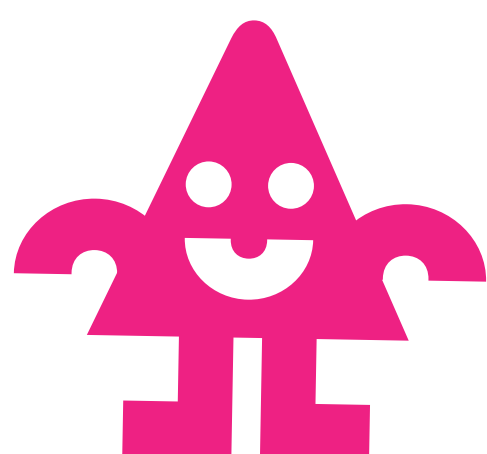
Stwórz wielkoformatowe dzieło

14:00

18:00

**MARTWA
NATURA**

Inne oblicze sztuki



**Spróbuj czegoś nowego
i zapisz się na zajęcia!**

Patronat honorowy:

Patronat medialny:

Obserwuj nas! @miejskastrefakultury



Facebook



Instagram