

Dátum	Időpont	Program neve	Helyszín	Korhatár	Jelentkezés	Programok
július 1. hétfő	9-14 óra	Gombfoci	Veres Pálné Gimnázium V. ker. Veres Pálné u. 38.	kb. 10-18 éves gyermekek részére	Nincs.	<ul style="list-style-type: none"> Játékszabályok, felszerelések megismerése, váltócipő szükséges, játék, verseny, magyar világbajnok tanít, tehetség kutatás.
	10-11 óra	Zumba	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	10 éves kortól	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Táncos cardio tréning.
	14-18 óra	Telemosoly	Civil Szervezetek Háza XX. ker. Vörösmarty u. 180.	7-13 éves korig	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-30-529-9966 06-30-607-5579	Labdázás, sportjátékok, alkotó dramaturgia, alkotás, kulturális bemutató.
	16-17 óra	Salsafrika	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	7 éves kortól	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Táncos elemek fitness gyakorlatokkal vegyítve.
július 2. kedd	9-14 óra	Gombfoci	Veres Pálné Gimnázium V. ker. Veres Pálné u. 38.	kb. 10-18 éves gyermekek részére	Nincs.	<ul style="list-style-type: none"> Játékszabályok, felszerelések megismerése, váltócipő szükséges, játék, verseny, magyar világbajnok tanít, tehetség kutatás.
	10-14 óra	Röplabda, strandröplabda	Budapest III. Nánási út 91. Római Strand Sport Központ	6-18 éves gyermekek részére	Nincs.	<ul style="list-style-type: none"> Nyílt edzés, játék, verseny, tehetség kutatás.
	17-18 óra	Akrobatikus rock and roll	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	6-14 éves korig	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Négy Muskétás Sporttánc Egyesület tartja, több éve Európa és világbajnok párosokat nevelnek.
	18.30-20.30	Kendo	II. Rákóczi Ferenc Gimnázium tornaterme II. ker. Keleti Károly u. 37.	6-14 óra	Előzetes bejelentkezés szükséges. abel.varadi@gmail.com	Nyílt edzés a hazai kendő legerősebb utánpótlás csoportjával, kendo alapok, bambuszkard, mozgásforma, érvényes találat, pánccél felvétel.
	18-19 óra	Karate	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	5 éves kortól	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Kistigris karate suli. Vidám, játékos edzésekkel vár a mester.
július 3. szerda	14-18 óra	Telemosoly	Civil Szervezetek Háza XX. ker. Vörösmarty u. 180.	7-13 éves korig	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-30-529-9966 06-30-607-5579	Labdázás, sportjátékok, alkotó dramaturgia, alkotás, kulturális bemutató.
	15-16 óra	Zumba	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	10 éves kortól	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Táncos cardio tréning.
	16-17 óra	Salsafrika	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	7 éves kortól	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Táncos elemek fitness gyakorlatokkal vegyítve.
július 4. csütörtök	9-14 óra	Gombfoci	Veres Pálné Gimnázium V. ker. Veres Pálné u. 38.	kb. 10-18 éves gyermekek részére	Nincs.	<ul style="list-style-type: none"> Játékszabályok, felszerelések megismerése, váltócipő szükséges, játék, verseny, magyar világbajnok tanít, tehetség kutatás.
	17-18 óra	Akrobatikus rock and roll	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	6-14 éves korig	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Négy Muskétás Sporttánc Egyesület tartja, több éve Európa és világbajnok párosokat nevelnek.
	18-19 óra	Tai Chi Chuan	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	15 éves kortól	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Kínai harcművészet és egészségmegőrző módszer.
	18-19.30 óra	Görhoki, floorball	White Sharks Hockey Club - Kőbányai jégpálya sátrában épült inline pálya, X. ker. Ihász u. 24.	nincs korhatár	Előzetes bejelentkezés szükséges. zoltan.paska@t-online.hu, 06-30-922-2975	A klub floorball és görhoki edzéseinek látogatása. Görkorcsolya, védőfelszerelés szükséges.
	19.30 órától	Görhoki, floorball	White Sharks Hockey Club - Kőbányai jégpálya sátrában épült inline pálya, X. ker. Ihász u. 24.	felnőtt korosztály	Előzetes bejelentkezés szükséges. zoltan.paska@t-online.hu, 06-30-922-2975	A klub floorball és görhoki edzéseinek látogatása. Görkorcsolya, védőfelszerelés szükséges.
július 5. péntek	9-14 óra	Gombfoci	Veres Pálné Gimnázium V. ker. Veres Pálné u. 38.	kb. 10-18 éves gyermekek részére	Nincs.	<ul style="list-style-type: none"> Játékszabályok, felszerelések megismerése, váltócipő szükséges, játék, verseny, magyar világbajnok tanít, tehetség kutatás.
	14-18 óra	Telemosoly	Civil Szervezetek Háza XX. ker. Vörösmarty u. 180.	7-13 éves korig	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-30-529-9966 06-30-607-5579	Labdázás, sportjátékok, alkotó dramaturgia, alkotás, kulturális bemutató.
	15-16 óra	PMS Dance Tánciskola	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	10 éves kortól	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Hip Hop Tánc Színház órája.
	16-17 óra	Zumba	Csili Művelődési Központ XX. ker. Nagy György István u. 4-6. Foglalkozás B épület, Baross u. 55.	10 éves kortól	Előzetes bejelentkezés szükséges. 06-1-283-0230	Táncos cardio tréning.