



D-DANCE SZKOŁA TAŃCA DARIA SADOWSKA

✉ ddance.kontakt@gmail.com ☎ 504 595 996 🌐 szkolatancaddance.pl

📍 Sala taneczna MOK, ul. Piłsudskiego 2

TANIEC DLA DZIECI

DISCO KIDS (3-5 lat) - grupa dla najmłodszych WT i CZW 16:00-16:45 | 160zł mies.
MINI (6-10 lat) - grupa dla początkujących WT i CZW 17:00-18:00 | 190zł mies.
SEMI (10-15 lat) - grupa dla początkujących WT i CZW 18:00-19:00 | 190zł mies.
MASTER (7-11 lat) - grupa dla zaawansowanych PN 17:00-18:30, ŚR 18:00-19:00 | 240zł mies.
TEEN (12-17 lat) - grupa dla zaawansowanych PN 18:30-20:00, ŚR 19:00-20:00 | 240zł mies.
TANIEC TOWARZYSKI (OPEN) - grupa dla początkujących CZW 19:00-20:00 | 150 zł mies.
CHEERLEADERKI (OPEN) - grupa dla początkujących ŚR 17:00-18:00 | 150 zł mies.

TANIEC DLA DOROSŁYCH

FIT KOBIETA - kompleksowy trening dla kobiet (taniec, tabata, fitness, stepper, pilates) PN i ŚR 20:00-21:00 | 190 zł mies.
TANIEC UŻYTKOWY - nauka tańca w parach (taniec imprezowy, weselny, towarzyski) WT 20:00-21:00 | 200 zł mies./para
LATINO LADIES - tańce latynoskie solo dla kobiet WT 19:00-20:00 | 150 zł mies.
SENSUAL - zmysłowy taniec dla kobiet CZW 20:00-21:00 | 150 zł mies.
BACHATA - nauka tańca w parach (taniec latynoski) PT 20:30-21:30 | 200 zł mies./para

AKROBATYKA

AKRO MINI - grupa dla maluszków (4-6 lat) PT 17:00-17:45 | 120 zł mies.
AKRO START - grupa dla początkujących PT 18:00-19:00 | 150 zł mies.
AKRO PRO - grupa dla zaawansowanych PT 19:00-20:30 | 190 zł mies.

KALIGRAFIA DLA DUŻYCH I MAŁYCH

Instruktor: Jacek Pacholski

☎ 790 407 971

📍 Sala zajęć MOK, ul. Słowackiego 21

WT 17:00-18:30 | 150 zł mies.

ORTOGRAFIA NA WESOŁO

Instruktor: Edyta Nowak-Kokosza

☎ 600 220 980

📍 Sala zajęć MOK, ul. Słowackiego 21

ŚR 17:00-18:00 | 180 zł mies.

KONSTRUKTOR - ZAJĘCIA Z ROBOTYKI LEGO

Instruktor: Agata Kowalik

☎ 603 810 732

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

GR I PN 17:00-18:00 | 160 zł mies.

GR II PN 18:15-19:15 | 160 zł mies.

SZKÓŁKA SZACHOWA

Instruktor: Marcin Śliwiński

☎ 601 268 187

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

GR I WT 17:00-18:00 | 100 zł mies.

GR II WT 18:00-19:00 | 100 zł mies.

GR III WT 19:00-20:00 | 100 zł mies.

PRACOWNIA RYSUNKU I MALARSTWA

dla dzieci i młodzieży

Instruktor: Bogusława Ołowska

☎ 883 483 956

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

PN 18:15-20:15 | 160 zł mies.

CZW 18:00-20:00 | 160 zł mies.

PT 16:00-18:00 i 18:00-20:00 | 160 zł mies.

dla dorosłych

Instruktor: Mariusz Ołowski

☎ 884 835 000

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

ŚR 17:30-20:30 | 160 zł mies.

KLUB SENIORA

Instruktor: Mirosława Marzoch

☎ 793 540 515

📍 Parafia Miłosierdzia Bożego w Ząbkach, ul. 11 Listopada 4

Każdy 1 czwartek miesiąca

BALET

Instruktor: Ewa Górską-Michniewska

☎ 504 595 996

📍 Sala widowiskowa MOK, ul. Słowackiego 21

CZW 17:30-18:15 początkujący
(4-6lat) | 150 zł mies.

CZW 18:15-19:00 średniozaawansowani
(7 lat i więcej) | 150 zł mies.

WARSZTATY TEATRALNE

Instruktor: Anna Koziół

☎ 500 273 537

📍 Sala widowiskowa MOK, ul. Słowackiego 21

PN 17:00-18:30 | 120 zł mies.

PN 18:30-20:00 | 120 zł mies.

MODA NA SZYCIE

Instruktor: Barbara Sulecka

☎ 604 192 451

📍 Sala zajęć MOK, ul. Słowackiego 21

CZW 17:30-18:30 | 120 zł mies.

WARSZTATY CERAMICZNE

Instruktor: Hanna Owczarczyk

☎ 505 178 296

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

dla dzieci | **CZW 16:30-17:45** | 140 zł mies.

dla młodzieży i dorosłych | **CZW 18:00-20:00** | 180zł mies.

WARSZTATY FOTOGRAFICZNE

Instruktor: Bogdan Śladowski

☎ 501 352 753

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

WT i ŚR 18:30-20:30 | 170 zł mies.





INDYWIDUALNE LEKCJE GRY NA GITARZE

Instruktor: Krzysztof Fetras

☎ 504 100 186

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

PN i ŚR 13:00–20:30 | 300 zł mies.

LEKCJE GRY NA INSTRUMENTACH (PIANO, KEYBOARD)

Instruktor: Krzysztof Zajkowski

☎ 608 764 865

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

WT i PT 13:00–20:00 | 80 zł (30 min)

PLASTYKA DLA DZIECI MŁODSZYCH

Instruktor: Diana Sikorska

☎ 507 083 997

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

ŚR 16:30–17:30 | 100 zł mies.

RYSUNEK ARCHITEKTONICZNY

Instruktor: Radosław Ołowski

☎ 518 563 136

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

WT 17:00 – 19:00 | 160 zł mies.

ORKIESTRA DĘTA MIASTA ZĄBKII

☎ 506 668 211

📍 Szkoła Podstawowa nr 3, ul. Kościelna 2 Ząbki

CZW 18:30–20:30 | **BEZPŁATNIE!**

Dyrygent: Marcin Piotr Łopacki

Ariadna Laddy – flet

instruktorka gry na instrumentach dętych drewnianych

Arkadiusz Denkiewicz – trąbka

instruktor gry na instrumentach dętych blaszanych

Piotr Chać – perkusja

instruktor gry na instrumentach perkusyjnych

CYKL KREATYWNYCH WARSZTATÓW

Instruktor: Barbara Sulecka

☎ 604 192 451

📍 Sala zajęć MOK, ul. Słowackiego 21

CZW 16:30–17:30 | 40 zł za zajęcia (zajęcia co dwa tygodnie)

WYCINANKI

Instruktor: Katarzyna Kempista

☎ 697 259 525

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

PT 17:00–18:30 | 100 zł mies. (grupa wiekowa: 7+)

WARSZTATY WOKALNE

Instruktor: Beata Kurda

☎ 693 421 981

📍 Sala widowiskowa MOK, ul. Słowackiego 21

dla dzieci i młodzieży | 160 zł mies.

WT 15:00–16:00 – GR I

ŚR 15:00–16:00 – GR I

WT 16:00–17:00 – GR II

ŚR 16:00–17:00 – GR II

WT 17:00–18:30 – GR III

ŚR 17:00–18:00 – GR III

WT 18:30–19:30 – GR IV

ŚR 18:00–19:00 – GR IV

dla dorosłych | 180 zł mies.

ŚR 19:00 – 21:00

WARSZTATY Z RĘKODZIEŁA

Instruktor: Diana Sikorska

☎ 507 083 997

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

ŚR 18:00–19:30 | 120 zł mies.

LEKCJE GRY NA INSTRUMENTACH (PIANO, KEYBOARD, SKRZYPCE)

Instruktor: Małgorzata Ignatowicz

☎ 883 225226

📍 MOK Ząbki, ul. Słowackiego 10

PN 16:30–17:15 zajęcia grupowe 5–6 latki (45 min) | 210 zł mies.

Lecje indywidualne (30 min):

PN 13:00 – 16:00, 17:15 – 20:30 | 285 zł mies.

ŚR 13:00 – 18:00 | 285 zł mies.

CZW 8:30 – 20:30 | 285 zł mies.

GORDONKI MUSICBABYART

Zajęcia prowadzi: Akademia MusicBABYart

Zapisy:

☎ 22 781 64 30

✉ mok@mok.zabki.pl

📍 Sala widowiskowa MOK, ul. Słowackiego 21

WT 10:30–11:15 | 50 zł za jedno zajęcia lub 160 zł mies.

23.09.2025 r. BEZPŁATNE zajęcia pokazowe

Dla dzieci w wieku **0–3 lat**

JĘZYK ANGIELSKI

Instruktor: Weronika Żochowska

☎ 510 477 175

📍 Sala zajęć MOK, ul. Słowackiego 21

Kurs języka angielskiego

POZIOM 1

GR I ŚR 18:00–19:00 | 220 zł mies.

GR II ŚR 19:00–20:00 | 220 zł mies.

grupa wiekowa: **4–7 klasiści**

**Intensywny Kurs do Egzaminu
Ósmoklasisty z j. angielskiego**

POZIOM 2

WT 18:30–20:00 | 270 zł mies.

grupa wiekowa: **6–8 klasiści**

MIEJSKO-PARAFIALNY CHÓR “CANTORES MISERICORDIAE”

Instruktor: Zuzanna Kozłowska

✉ chor.cantoresmisericordiae@gmail.com

📍 Kościół Miłosierdzia Bożego w Ząbkach, ul. 11 Listopada 4

PN i ŚR 19:00–21:00 | **BEZPŁATNIE!**

