

2015 május-június

HEGYVIDÉKI RENDEZVÉNYEK

HEGYVIDÉKI ZENÉS PÉNTEK DÉLUTÁN

a XII. kerületi Polgármesteri Hivatal melletti téren 16-19 óráig
Cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 23-25.

Folytatódik a "Hegyvidéki Zenés Péntek Délután" rendezvény-sorozat, amelyre minden tavasszal és ősszel várjuk a környék lakosait népzenei koncertekkel, táncbemutatókkal és táncházzal. A gyerekek kézműves foglalkozásokon ismerkedhetnek meg a népi iparművészet technikáival, kéthetente a "Gyurmarci" marcipángyurmázás fortélyaival. A marcipán költsége: 450 Ft. A Szamos Budai Cukrászda jóvoltából a nyugdíjasok kávéjegy ellenében vendégeink egy csésze kávéra.

Fellépő együttesek:

- május 9. **Fakutya zenekar** (moldvai-csángó népzene)
- május 15. **M.É.Z. együttes** (skót-ír népzene)
- május 22. **Eszterlánc- mesezenekar**
- május 29. **Nyerítő zenekar** (autentikus magyar népzene)

Támogatók:

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat
Szamos Marcipán Budai Cukrászda
Információ: Nagyné Orvos Gabriella, telefon: 200 8713

SVÁBHEGYI PÜNKÖSDI BÚCSÚ

2015. május 23-24-25. (szombat-vasárnap-hétfő)

Helyszín: Budapest, XII. kerületi Diana-park (Svábhegy)

Családi programok, kézműves vásár, sramlizene, bábszínház, tánc, kézműves foglalkozások, sváb specialitások, italok

A részletes program a 3. oldalon és a honlapunkon!

A belépés díjtalan!



2015. június 5-7.

Hopp-parádé a Sirály sétányon, Családi- és Egészségnap
Hegyvidéki Sportnap, Közrendvédelmi Nap
koncertek, családi programok

www.hegyvidek.eu, www.facebook.com/hegyvidek

Felelős kiadó: Herczeg Józsefné igazgató
Megjelenik: 1000 példányban

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!



2015 május-június

Virányosi Közösségi Ház



1125 Budapest, Szarvas Gábor út 8/c

Tel./Fax: 200 8713

Tel.: 275 1394

E-mail: viranyosikh@gmail.com

Web: www.viranyos.hu

Megközelíthető a Széll Kálmán térről a 156-os autóbusszal a végállomásig (menetidő 10 perc), vagy a 155-ös autóbusszal a Fészek utcai megállóig. (Hétfőeken csak a 155-ös busz közlekedik!)

RENDEZVÉNYEK

május 5. kedd 17.00**EGÉSZSÉGVÉDŐ KLUB****HELLINGERI-RENDSZERÁLLÍTÁS**

Előadó: **Proksa Terézia** kineziológus oktató, transzperszonális pszichológus, okleveles hellingeri család- és rendszerállító
A belépés díjtalan!

május 11. hétfő 18.00

"MŰ-HOLDKÓR és más MOoNtage-ok

HOMOLYA GÁBOR képzőművész kiállításaA kiállítást megnyitja: **Homolya Tibor**

A már címében is többértelmű kiállításon Homolya Gábor képzőművész többnyire könnyedebb - részben az Apollo-program, ember a holdon - témájú montázsai, kollázsai és asszablázsai láthatók.

A kiállítás megtekinthető június 7-ig, előre egyeztetett időpontban. Telefon: 200 8713

május 18. hétfő 17.00**C SOPORTOS HANGFÜRDŐ Kalmár Andreával**

A hangfürdőben - hangtálak, gong és csengők hangjainak hatására - ellazulsz és visszatérsz eredeti harmóniádhoz, mely gyógyítja testedet-lelkedet. A tiszta rezgések új lehetőségeket képesek életedbe hozni, és oldják blokkjaidat, hogy azzá válhass, aki Te valóban vagy.

Szívből ajánljuk, ha stresszes életmódot élsz, ha valami hiányzik az életedből, vagy ha kiteljesedéset keresed.

Belépődíj: 2.000 Ft

Bővebben: www.hanghid.hu

Előzetes jelentkezés szükséges!

május 20. szerda 18.30**SZABADSÁG VÁNDORAI - természetjárók klubja****A FÁRAÓK NYOMÁBAN ALEXANDRIÁTÓL ASSZUÁNIG**Előadó: **dr. Gál József**

Klubvezető: Sütő-Nagy István

Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

május 22. péntek 18.00**APS STÚDIÓ**

"ADRIA MAGYAR EMLÉKEI" - vetített képek előadás

Előadó: **Katona Katalin**

Klubvezető: Abonyi Maya fotóművész

2. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

RENDEZVÉNYEK

SVÁBHEGYI PÜNKÖSDI BÚCSÚmájus 23. szombat

16.00-17.00 Kalamajka Bábszínház

19.00-22.00 Schwabenkraft zenekar

május 24. vasárnap

10.00 Ünnepeyles megnyitó

10.00-13.00 Kenderkőc Népi Játsszóház

10.10-11.00 A kerületi nemzetiégi általános iskolák és a Normafa Óvoda fellépése

11.00-12.00 Pütkösd vasárnapi mise - vendég az Etyeki Németek Egyesületének Rosmarin kórusa

11.00-12.00 Aranyzámár Bábszínház: Pom-Pom meséi

12.15-13.00 Budakeszi Hagyományörző Dalárda és Asszonykórus

13.00-13.30 Ikladi Blaublumen táncsoport és énekkar

13.30-14.00 Zsámbéki Lochberg táncsoport

14.30-15.30 Budakeszi Hagyományörző Kör Fúvószenekara

16.00-17.00 Friedrich Kapelle

18.00-19.00 Pütkösd vasárnapi mise

19.00-22.00 Schwabenkraft zenekar

május 25. hétfő

10.00-13.00 Kenderkőc Népi Játsszóház

10.00-11.00 Katicabogárka - interaktív zenés gyerekműsor

11.00-13.00 Dunabogdányi Svábzenekar

15.00-16.00 Budaörsi Fúvószenekar

16.00-17.00 Szentmise az elhunyt katonákért

17.00-17.30 Megemlékezés a Hősök Emlékművénél

17.30-18.30 Budaörsi Fúvószenekar

A belépés díjtalan!

május 26. kedd 16.30**KERTBARÁT KÖR****KETTŐS FELHASZNÁLÁSÚ VIRÁGOK (ehető virágok)**Előadó: **Dr. Komiszár Lajos**

Klubvezető: Bartók Sándor 30/360 2414

Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

május 28. csütörtök 13.00**VIRÁNYOSI FILMKLUB****A MÁSOK ÉLETE**

(színes, német filmdráma, 137 perc, 2006)

Oscar-díj (2007)

Rendező és forgatókönyvíró:

Florian Henckel von Donnersmarck

A belépés díjtalan!



RENDEZVÉNYEK

május 31. vasárnap 10.00

XIX. HEGYVIDÉKI NÉPTÁNC FESZTIVÁL

Kerületünk néptánc csoportjai mutatják be tudásukat a MOM Kulturális Központ nagyszínpadán.
(1124 Budapest, Csörsz u. 18.)

Fellép: **Maczkó Mária** Emerton- és Magyar Örökség-díjas énekművész

A rendezvény védnöke: **Pokorni Zoltán** polgármester

Megnyitja: **Fonti Krisztina** alpolgármester

A belépés díjtalan!

június 2. kedd 17.00

EGÉSZSÉGVÉDŐ KLUB

A GYÓGYÍTÓ ENERGIA

Szeretné jobban érezni magát gyógyszerek és műtétek nélkül? Szeretné fejleszteni személyiségét, jobba tenni családi kapcsolatait? A módszer több mint húsz éve elérhető Magyarországon. De mi is az a Pránanadí@ Vallás?, Varázslat? Ki tanulhatja meg? Vagy Ön is tudja, csak még nem használja?

Előadó: **Kiss Klári**, a Budai Nadiház vezetője

A belépés díjtalan!

június 15. hétfő 17.00

CSOPORTOS HANGFÜRDŐ Kalmár Andreával

Belépődíj: 2.000 Ft

Bővebben: www.hanghid.hu

Előzetes jelentkezés szükséges!

június 17. szerda 18.30

SZABADSÁG VÁNDORAI - természetjárók klubja MEXIKÓ

Előadó: **Stark Gáspár**

Klubvezető: Sütő-Nagy István

Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

június 18. csütörtök 15.00

KISS ÁRON EMLÉKNAP

A PRO LUDO TÁRSASKÖR JÁTÉKOS EMLÉKDÉLUTÁNJA

Program:

15.00 **Dr. Kiss Áron** emléktáblájának megkoszorúzása

Helyszín: Gálbory-villa kertje

15.30. Előadások a Virányosi Közösségi Házban

17.00 Zárszó: dr. Kriston Vízi József

Információk: kristonstern@gmail.com 30/370 7978

www.homoludens.hu

június 19. péntek 18.00

APS STÚDIÓ - évszázó összejevetel

4. Klubvezető: Abonyi Maya fotóművész

RENDEZVÉNYEK

A LÍVIA-VILLÁBAN

(1121 Budapest, Költő utca 1/a)

A Lívia-villa megközelíthető a Széll Kálmán térről induló 21 és 21/A valamint a 212-es jelzésű autóbusszal és a 60-as jelzésű fogaskerekű vasúttal a Városkút megállóig.

május 7. csütörtök 17.00

Újpesttől a Nyugatiig + ...

FABÓ KATALIN FOTÓKIÁLLÍTÁSA

A kiállítást megnyitja: **Fabó László** villamosmérnök
Közreműködik: **Bori Zsuzsanna** és **Oláh Edmond** "Mizó"

Aki utazott már vonaton, bizonyára megfigyelte, hogy a sínek mellett a kerítéseken sok helyen graffitik láthatók. Sőt máshol is találkozott már ennek a műfajnak a darabjaival, véleménye is alakult róluk. Fabó Katalin végig-fényképezte Újpesttől a Nyugatiig a kerítéseken, csöveken látható graffitikat és a saját véleményén keresztül mutatja meg az érdeklődőknek, vitaindítóként, elgondolkodtatásul.

A kiállítás megtekinthető május 31-ig, telefonon történő egyeztetés után: 200 8713

június 12. péntek 18.00

"Néző-pont"

A FELSZABTÉR RAJZISKOLA KIÁLLÍTÁSA

Megnyitja: **Dr. Kovács Péter** történész

A Felszabter Rajziskola 10 éve működő alkotó közösség, amely a legkülönbözőbb karakterű alkotókat hozza lázba hétről-hétre az alkotás folyamatában. A rajziskola felvételi előkészítőként indult a Képzőművészeti Egyetemre, a MOME-ra és egyéb művészeti iskolákba, de otthont adott mindenkinek aki elhitte, hogy a rajz egy vizuális nyelv, amit bárki bármikor elsajátíthat.

Erre haladunk most, hogy közös nyelven kommunikáljunk. Kiállításunk egy állomása életünknek, egy pillanatra összegezve az elmúlt félét.

A kiállítás megtekinthető június 30-ig, telefonon történő egyeztetés után: 200 8713

2015
május-június

KICSIKNEK ÉS SZÜLEIKNEK

KEREKÍTŐ TIPPENTŐ

hétfő 10.00-10.40

A foglalkozásokra pár hónapos kortól várjuk a babákat szüleikkel. Néphagyományunkból merített ölbeli játékok, mondókák és dalok közt kalandozunk és kötetlen módon ízelegetjük a néptánc alapjait.

Bővebb információ, bejelentkezés: www.kerekito.hu

Vezeti: Cseke-Marosi Eszter, tánc- és drámapedagógus

Információ: 20/213 0297

CSIRI-BIRI

szerda 9.30-10.30

Játékos mozgásfejlesztő torna dalokkal, mondókákkal, mozgásfejlesztő eszközök használatával 1-3 éves korig. Folyamatos csatlakozási lehetőség.

Alkalmi jegy ára: 1.200 Ft,

10 alkalmas bérlet ára 10.000 Ft

Testvéredvezmény 50%

Bővebb információ: www.csiri-biri.hu

Információ: Orszáczky Ildikó 30/389 5500

Vezeti: Pásztor Brigitta 30/997 1349

GYEREKEKNEK, FIATALOKNAK

A Magyar Örökség Díjas, Európa Táncdíjas és

Príma Primissima Díjas

CSILLAGSZEMŰ TÁNCGYŰTTES

szerda és péntek

15.00-16.00 óvodásoknak

16.15-17.45 kisiskolásoknak

Művészeti vezetők:

Timár Sándor a Nemzet Művésze, Állami és Kossuth-díjas,

Érdemes Művész, a Hegyvidék Díszpolgára és

Timár Böske táncművész

www.csillagszemu.hu

Tisztelt Látogatóink!
Kérjük, hogy adójuk 1%-ával támogassák
a Virányosi Közösségi Ház rendezvényeit!
Adószámunk: 15512129-2-43
Segítségüket köszönjük!

2015
május-június

GYEREKEKNEK, FIATALOKNAK

TÁRSASTÁNC

Harmónia Táncklub

Kezdő: **vasárnap 15.00-16.00**

Haladó: **vasárnap 16.00-17.00**

Részvételi díj: 12.000 Ft/10 alkalom

Versenytánc előkészítő: **vasárnap 14.00-15.00**

Részvételi díj: 6.000 Ft/hó

Klubvezető: Székely Attila

titti@mail.datanet.hu, www.harmoniatancklub.hu



MŰVÉSZI TORNA

az Óbuda Mozgásművészeti Iskola szervezésében

kedd és csütörtök 15.20-20.30

Művészeti torna Berczik Sára módszerével, iskolarendszerűen egymásra épülő korosztályos csoportokban, 4 éves kortól. Testképző és mozgásfejlesztő gimnasztika sok tartásjavító gyakorlattal, zenei kísérettel.

A foglalkozást vezeti: Mády Krisztina

Információ: 200 0138, 20/946 0848, www.omisk.hu

ANGOL NYELVOKTATÁS

csütörtök 17.00-17.45

középső- és nagycsoportos óvodásoknak

Beszédcentrikus oktatás 4-8 fős csoportokban. Folyamatosan továbbfejlesztett tananyagok, speciálisan képzett Helen Doron tanárok.

Jelentkezés folyamatosan. Endre Judit: 30/313 6822

Részvételi díj: 10.200 Ft/hó

HANGSZERVERÁZS - ZENÉtanoda

ROSALES ZENEóvoda

Játéknak megélt iskolai előkészítő és fejlesztő módszer, 30 alkalomra kidolgozott tematikával, furulya használatával, egyedi zenei és érzékszervi játékgyűjteménnyel, feladat és kottafüzetekkel. Kiscsoportos zenei fejlesztés, egyedi fejlesztő módszerrel.

DÚR-MOLL - iskola előkészítő 6-8 éveseknek

kedd 13.00-15.45

LARGO - 3-4 éves, kiscsoportos Zeneóvoda

kedd 16.00-16.30

MODERATO 4-5 éves középsősöknek

kedd 16.45-17.30

ALLEGRO - 5-6 éveseknek, a moderato folytatása

Információ: Nagy Teréz kulturális menedzser 30/936 1713

Nagy Mária: 30/936 2040, www.hangszerverazs.hu,

e-mail: hangszerverazs@gmail.com

2015
május-június

FELNŐTTEKNEK AJÁNLJUK



BLESS YOU GYM

BOMBA FORMÁBA HOZI!

Ettől még **VONZÓBB** és magabiztosabb **NŐ** leszel!
TORNÁZZ, formáld az alakod velünk!

Nyitva a hét minden napján!

Foglalkozások időpontjai:

hétfő:	8, 9,	17, 18	órától
kedd:	8, 9,	17, 18,	órától
szerda:	8, 9,	17, 18	órától
csütörtök:	8, 9,	17, 18,	órától
péntek:	8, 9,	15, 16,	órától
szombat, vasárnap:	8, 9, 10		órától

Részvételi díj: 1.300 Ft/alkalom, bérlettel kedvezmény!

Információ a 275 1555-ös telefonszámon

KARBANTARTÓ TORNA

kedd és péntek 10.00-11.00 és 11.00-12.00

A test teljes átmozgatása, hogy minden nap frissen ébredhessünk (gerinc-, csípő-, vénás torna, légzőgyakorlatok).

Vezeti: Krizsánné Bucsú Andrea gyógytornász 20/960 6473

KISMAMA TORNA

kedd és péntek 12.00-13.00

Felkészülés a szülésre tornával (relaxáció, légzéstechnika, vajúdási helyzetek) és információval (praktikus tanácsok szüléshez és csecsemőgondozáshoz).

Vezeti: Krizsánné Bucsú Andrea gyógytornász

SPORT JÓGA

péntek 18.00-19.30

Vezeti: Ruff Annamari 20/205 9918

2015
május-június

FELNŐTTEKNEK AJÁNLJUK

JÓGA

hétfő 16.30-18.00 kezdő, 18.15-19.45 haladó

A jóga gyakorlása segíti a testi-lelki és szellemi egészség és harmónia megteremtését, a jó közérzet kialakítását és fenntartását.

Klubvezető: Bucher Katalin 30/298 3147

FELNŐTT MŰVÉSZI TORNA

hétfő - szerda - péntek 8.00-9.00 és 9.00-10.00

A foglalkozásokat ajánljuk mindazoknak, akik a szép és természetes mozgások útján szeretnének eljutni izomerejük, állóképességük, hajlékonyságuk fejlesztéséhez, testük fizikai karbantartásához, alakjuk formálásához.

Vezeti: Tass Olga mesteredző, olimpiai bajnok

Jelentkezés, információ: 355 9477

TÁRSASTÁNC

Harmónia Táncklub

Középaladó: **vasárnap 17.00-18.00**

Haladó: **vasárnap 18.00-19.00**

Kezdő: **vasárnap 19.00-20.00**

Klubvezető: Székely Attila

Részvételi díj: 1.500 Ft/alkalom

www.harmoniatancklub.hu



ROCK AND ROLL TÁNC TANFOLYAM

szerda 20.00-21.00

Részvételi díj: 1.500 Ft/alkalom

Klubvezető: Székely Attila 30/952 9477

ZUMBA

kedd és csütörtök 10.00-11.00

(kivételesen minden hónap 2. keddi napja)

Egy óra teljes kikapcsolódás!

Cardio-fitness, latin-alap tánc lépésekkel.

Vezeti: Borbély Enikő zumba oktató

Részvételi díj: 1.200 Ft/ alkalom, 10.000 Ft/10 alkalom



“ÉLJ 100 ÉVET EGÉSZSÉGESEN”

a 3-1-2 meridián gyakorlatokkal®

szerda 10.30

A tornát vezeti: Hóka Ildikó 70/301 6788

A torna ingyenes, terembérleti hozzájárulás 300 Ft/fő

Bővebb információ: www.312.hu

Kedves Látogatóink!

A tanfolyamok utolsó óráiról érdeklődjének telefonon vagy tájékozódjanak a honlapunkon!

KLUBOK

FOLTOS MaMÓK

Foltos Magyar Modern Klub
minden hónap utolsó szerda 18.30-20.30
(május 27., június 24.)

Az Oklahoma Modern Quilt Guild 25 tagjának emlékezetes nagysikerű kiállítása és az azt követő mini műhelyek élményeinek hatására a foltvarrás modern stílusú ágának magyarországi művelői létrehozta egy virtuális szakmai műhelyt, a "Foltos MaMÓK" csoportot.

A nagy érdeklődésre való tekintettel a Virányosi Közösségi Házban egy állandó klub alakult, ahol a modern stílusú foltmunkák szerelmesei havonta egy alkalommal a közös varrással hódolhatnak szenvedélyüknek.

Tagsági díj: 2.000 Ft/év, alkalmi látogatókat is szeretettel várunk 500 Ft/klubnap áron.

Jelentkezés és további információ a Facebook Foltos MaMÓK oldalon, ami egy zárt közösség, de jelentkezéseket elfogadunk illetve telefonon a közösségi házban: 200 8713

BABA-MAMA KLUB

kedd és csütörtök 9.00-10.00
(kivétel minden hónap 2. keddi napja)

Az összejövetel kondicionáló tornával kezdődik, melynek időtartamára gyermekfelügyeletet biztosítunk, közös helyiségben a tornával. Az edzés után teázunk, beszélgetünk - kicsik és nagyok együtt.

Vezeti: Borbély Enikő fitness oktató 30/984 0100
Részvételi díj: 1.000 Ft/alkalom, 9.000 Ft/10 alkalom

"NAMASTÉ" ASPERGER KORTÁRS KLUB

autizmussal élő fiatalok számára
havonta két vasárnap 14.00-18.00
(május 10., 17. június 14.)

Változatos programokkal várjuk a fiatalokat: kézművesség, drámajáték, színház- és kiállítás látogatás, túrák. Segítséget nyújtunk a munkavállalásban, a világ dolgaiban való eligazodásban.

A klubot vezeti: Vadasné Tóth Mária: 30/280 3779

TÉRY ÖDÖN TURISTA BARÁTI TÁRSASÁG

kedd 18.30-21.00
Vezeti: Mészáros János

GILDE - ÖREGCSERKÉSZEK KLUBJA

minden hónap második péntek 16.30-18.00
(május 8.)
Elnök: Elsholtz Lászlóné

SZOLGÁLTATÁSOK

SZAKTANÁCSADÁS

Dr. Petrich Judit akupunktúrás orvos
hétfő 14.00-20.00, csütörtök 8.00-14.00
Bejelentkezés: 30/975 4193

SZÍNHÁZJEGY ÁRUSÍTÁS

minden páros héten szerdán 16-00-18.00
Bódi Éva: 20/213 0479

LI-FE MASSAGE

Irodai székesmasszázs, frissítő, relaxáló masszázis
kedd-péntek 17.00-20.00, szombat 9.00-15.00
Időpont egyeztetés: Liskán Ferenc gyógymasszőr
20/330 2400

TEREMBÉRLÉS

A Virányosi Közösségi Ház a csendes Virányos-Zugligetben, a környék villaépületeinek stílusát követve simul a kellemes zöldövezeti környezetbe.

A háromszintes épület 100 nm -es tetőtéri légkondicionált nagyterme koncertek, előadások, táncestek, tanfolyamok, ünnepek befogadására alkalmas. A középső szinten 40 fős előadóterem, társalgó és büfé várja a látogatókat.

Terembérleti díjak:

Nagyterem: 8 000 Ft/óra, technikával 8 500 Ft/óra
13 000 Ft/óra 50 fő felett
15 000 Ft/óra 22 óra után

Előadó I: 6 000 Ft/óra, technikával 6 300 Ft/óra
Társalgó: 3 000 Ft/óra

Információ és egyeztetés hétköznapokon 9.00-16.00-ig,
Orvos Gabriella 200 8713

VIRÁNYOS CAFÉ

Megújult étel és ital kínálatl várjuk Önöket.
Kávézónkban a napilapokon kívül HVG, Családi lap,
Pesti Műsor, Hegyvidék újság olvasható, valamint
wi-fi használat biztosított.

HIRDETÉSI FELÜLET BÉRLÉSE

Várjuk magánszemélyek és cégek jelentkezését hirdetési felület bérlése céljából.
Bérelhető felületek: műsorfüzet, üveges vitrin, hirdetési tábla.
A feltételekről bővebb információt a 200 8713-as telefonszámon kérhet.