



Aktywni Po Lekcjach! Serock w Rytmie Pasji

Autor: Anna-Mariya Slobodyan

Często się słyszy, że w małych miejscowościach nic się nie dzieje, ale ja udowodnię Wam, że to nieprawda! Czy wiecie, ile wspaniałych rzeczy możecie zrobić, kiedy ostatni dzwonek zadzwoni i lekcje się skończą? Większość odpowie, że będzie scrollować social media. Czy to jest najlepszy wybór? Znam wiele lepszych sposobów na nudę, zobaczcie sami!

Będę Waszą reporterką i przewodniczką po świecie dodatkowych zajęć i kursów w Serocku i okolicach. Od sportu i tańca, przez sztukę, aż po robotykę i muzykę. Sama w niektórych uczestniczę, więc znam się na takich rzeczach!

Serock – Miasto Talentów

Zacznijmy od tego, co jest dostępne w samym Serocku, zwłaszcza w **Centrum Kultury i Czytelnictwa** – to prawdziwe serce aktywności! Każdy znajdzie tam coś dla siebie:

- **Taniec:** taniec z elementami akrobatyki, taniec towarzyski, latino solo
- **Muzyka:** nauka gry na gitarze, pianinie, zajęcia wokalne, rytmika itd.
- **Nowoczesne technologie:** Robotyka, np. LegoRobotyka
- **Teatr:** Zajęcia teatralne dla dzieci i młodzieży

Warto też pamiętać o zajęciach sportowych organizowanych przez np. Serockie Inwestycje Samorządowe i innych – udowadniają, że taniec to życie!

Moje Odkrycie: Taniec z Akrobatyką i Sukcesy Alexia Dance Studio

A teraz przejdźmy do super odkrycia i mojej pasji – do tańca! Chodzę na niego już ponad trzy lata. To zajęcia w Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku, w grupie Alexia Dance Studio pod okiem niesamowitej trenerki Aleksandry Marek.

Wszyscy na Parkiet! Od malucha do Nastolatka

W studio Pani Aleksandry każdy znajdzie swoje miejsce – to jest super! Wiek nie ma znaczenia, liczy się tylko pasja. Są grupy dla maluszków (które tylko zaczynają swoją przygodę z ruchem), a są dla takich jak ja, czyli ze szkoły podstawowej. To ważne, bo dzięki temu mamy zapewniony rozwój na każdym etapie i zawsze jest do kogo równać.

Mistrzowie Tańca i Akrobatyki

To, co jest naprawdę zaskakujące w Alexia Dance Studio, to nie tylko ciężka praca, ale również ogromne sukcesy. Nasz zespół to nie tylko grupa taneczna – my jeździmy na turnieje i festiwale w całej Polsce i poza jej granicami!

Czy widzieliście, że Alexia Dance Studio regularnie zdobywa wysokie miejsca na podium – nie tylko na poziomie krajowym, ale też na międzynarodowym? To prawdziwa duma dla Serocka!



Taniec nowoczesny z elementami akrobatyki to czysta energia! To nie tylko kroki taneczne i układy. To też mostki, szpagaty, gwiazdy, przejścia wprzód i w tył... Wymaga to dużo siły i rozciągania. Na początku myślałam, że nigdy nie zrobię szpagatu, ale po długich treningach – jest! To niesamowite, jak sport może zmienić nasze ciało!

„Co daje mi ten wasz taniec?” – zapytacie się mnie. Pewność siebie, lepszą kondycję i mnóstwo koleżanek. A występ na scenie... to dopiero frajda!

Inspiracja – To, Co Mi Bardzo Pomogło

No dobra, teraz porozmawiajmy o inspiracji. Wyobraź sobie, że zdecydowałeś/aś się zapisać na te zajęcia tańca. Nic nie wychodzi. Nie chcesz tego dalej robić. Myślisz: „*Po co ja to robię?*” – najczęściej to jest brak inspiracji. Ja tak też miałam, dopóki nie zaczęłam się interesować K-Popem – tzw. Koreański pop. Wtedy zobaczyłam wielu utalentowanych tancerzy różnej płci. Każdy z nich miał swój styl, ale mnie zainteresował NI-KI z boysbandu ENHYPEN. Był pierwszym członkiem tego zespołu, którego zauważyłam. A wiecie czemu? Przez jego taneczne umiejętności, charyzmę i pewność siebie! To jest to, co daje Ci taniec. Zainspirowałam się nim. I zaczęłam się naprawdę starać i rozwijać!

Pytamy Trenerkę: Skąd ta energia?

Zawsze zastanawiało mnie, skąd Pani Aleksandra Marek, która prowadzi tyle grup w różnym przedziale wiekowym, czerpie taką **energię i inspirację!** Mam nadzieję, że w przyszłości uda mi się przeprowadzić z nią pełny wywiad, ale na początek mam dla niej **kilka pytań**. I Wam też radzę spróbować zadać podobne, gdy spotkacie swojego trenera! ^.^

• ***Pani Aleksandro, skąd wzięła się idea i siła na stworzenie tak dużej i utalentowanej grupy tanecznej, jaką jest Alexia Dance Studio?***

- Z potrzeby stworzenia miejsca, w którym taniec jest równie ważny jak dobra atmosfera. Zaczynałam z garstką tancerek, a potem... no cóż, pasja ma to do siebie, że szybko się rozprzestrzenia. I nagle zrobiło się tłoczno, ale w najlepszy możliwy sposób.

• ***Jaki jest sekret sukcesu Alexia Dance Studio?***

- Połączenie dyscypliny z luzem. U nas jest i porządna praca, i śmiech. Jeśli do tego dołożyć ludzi, którzy naprawdę kochają to, co robią, to sukces właściwie sam się tańczy.

• ***Skąd Pani czerpie tyle energii, by motywować, inspirować i zarażać pasją i miłością do tańca tak wiele dzieci i młodzieży?***

- Mówią, że taniec odmładza, więc chyba podłączam się do jakiegoś tajnego źródła młodości. A tak serio: energia wraca do mnie od moich tancerek. To jak ładowanie baterii w trybie turbo.

• ***Jaka jest Pani złota rada dla kogoś, kto chciałby zacząć tańczyć, ale się boi?***

- Strach zostaw przed salą, a resztą zajmą się nogi. Pierwszy krok bywa koślawy, ale najważniejsze, że jest zrobiony. W tańcu nikt nie oczekuje perfekcji, tylko serca i dobrej zabawy.

Szanowna Pani Olu, chcielibyśmy serdecznie podziękować za poświęcony czas, szczerą odpowiedź oraz podzielenie się z nami tą "sekretną i bardzo przydatną" wiedzą! Spotkanie z Panią było dla nas niezwykle cenne i inspirujące.



W kolejnym artykule zostaniemy przy tańcu, ale wskoczmy w zupełnie inny rytm – Hip-Hop! Opowiem Wam o mojej drugiej pasji w zespole Dynamic Vibe z grupy tanecznej Pas De Chat.

Harmonogram zajęć w CKiCz w Serocku 2025/2026							
Dzień	Sala	Start	Koniec	Zajęcia/ wiek uczestników	Instruktor	Cena (zł) za miesiąc, z góry	Ilość os. na zajęciach
Poniedziałek	Sala widowiskowa	08:00	08:55	Gimnastyka dla seniorów SAS	Kinga Frąckiewicz	opłata SAS	25
		09:00	09:55	Gimnastyka dla seniorów	Kinga Frąckiewicz	40 zł	25
		10:00	10:55	Gimnastyka dla seniorów SAS	Kinga Frąckiewicz	opłata SAS	25
		15:30	16:30	Taniec nowoczesny z el. HipHop MINI (6 - 8 lat)	Patrycja Gołębowska	100 zł	15
		16:30	17:25	Taniec nowoczesny z el. HipHop JUNIOR (9 - 12 lat)	Patrycja Gołębowska	100 zł	20
		17:30	18:30	Zajęcia grupy teatralnej (dzieci)	Katarzyna Książczyk	90 zł	12
		18:30	20:20	Zajęcia teatralne gr. "ONI" (17+ i dorośli)	Betina Dubiel	90 zł	15
		20:40	21:40	Misy Tybetańskie	Katarzyna Krych	120 zł/m-c; 50 zł jednorazowo	15
	Sala muzyczna	13:00	21:00	Nauka gry na gitarze klasycznej 8+	Jerzy Jakiel	50zł/30 min	indywidualne
	Sala audio-wizualna	08:00	16:00	Nauka gry na pianinie 6+	Marzena Pietkiewicz	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
		16:00	16:55	Chór malucha (4 - 6 lat)	Paulina Liguz	80 zł	15
		17:00	21:00	Nauka gry na pianinie / Emisja głosu	Paulina Liguz	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
	Sala plastyczna	15:00	16:30	Ceramika	Gizela Mikulińska	180 zł	12
		17:00	18:00	Plastyczny zakątek (7 - 10 lat)	Anna Januszek	90 zł	12
		18:30	20:30	Storyboard - ilustracja, grafika, projektowanie	Marcin Dybowski	120 zł	6-8
Wtorek	Sala widowiskowa	19:00	19:55	Zdrowy Kręgosłup	Ada Bujalska	100 zł/m-c; 30 zł jednorazowo	20
		20:00	21:00	Pilates z elementami stretchingu	Ada Bujalska	100 zł/m-c; 30 zł jednorazowo	20
	Sala muzyczna	8:00	16:00	Nauka gry na skrzypcach / pianinie 6+	Anna Kopka	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
		14:00	19:00	Nauka gry na: gitarze klasycznej, elektrycznej i ukulele 10+	Grzegorz Bartkiewicz	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
	Sala plastyczna	16:00	17:00	"PASTELKI" - plastyka gr. I początkująca 6 - 7 lat (nabór)	Paulina Nowaczyk-Pisarska	90 zł	12
		17:10	18:10	"ARTISTIC" - plastyka gr. IV zaawansowana 11 - 13 lat	Paulina Nowaczyk-Pisarska	90 zł	12
		18:20	19:50	"INSPIRACJA" - plastyka gr. V starsza zaawansowana 14 - 18 lat	Paulina Nowaczyk-Pisarska	110 zł	12
	Sala audio-wizualna	16:30	17:00	Rytmika dla malucha (2,5 - 4 lata)	Anna Kopka	70 zł	15
		17:05	17:50	Rytmika dla starszaka (5 - 6 lat)	Anna Kopka	80 zł	15
		18:00	20:00	Indywidualne zajęcia wokalne - studio piosenek anglojęzycznej 13 - 18 lat	Karolina Bartnikowska	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
Środa	Sala widowiskowa	08:00	08:55	Gimnastyka dla Seniorów SAS	Kinga Frąckiewicz	opłata SAS	25
		09:00	09:55	Gimnastyka z elementami jogi dla Seniorów	Kinga Frąckiewicz	40 zł	25
		10:00	10:55	Gimnastyka dla Seniorów SAS	Kinga Frąckiewicz	opłata SAS	25
		11:00	11:55	Gimnastyka dla Seniorów	Kinga Frąckiewicz	40 zł	25
		16:00	16:45	Taniec z el. akrobatyki gr. przygotowawcza 5 - 6 lat	Aleksandra Marek ALEXIA	80 zł	20
		16:50	17:40	Taniec z el. akrobatyki gr. początkująca 6 - 7 lat	Aleksandra Marek ALEXIA	80 zł	20
		17:45	18:45	Taniec z el. akrobatyki gr. średniozaawansowana	Aleksandra Marek ALEXIA	90 zł	20
		18:45	20:15	Taniec z el. akrobatyki gr. zaawansowana	Aleksandra Marek ALEXIA	110 zł	20
		20:30	21:30	Misy Tybetańskie	Katarzyna Krych	120 zł/m-c; 50 zł jednorazowo	15
	Sala audio-wizualna	08:00	20:00	Nauka gry na pianinie 6+	Marzena Pietkiewicz	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
	Sala muzyczna	8:00	16:00	Nauka gry na skrzypcach / pianinie 6+	Anna Kopka	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
		16:00	17:00	Zespół wokalny "Kantyczki" gr. młodsza (9 - 12 lat)	Monika Misiura	90 zł	6
		17:00	19:00	Zespół wokalny "Kantyczki" gr. starsza 12+ i solo, duety	Monika Misiura	110 zł	6
	Sala plastyczna	16:00	16:45	Przedszkolaki LEGOłaki (4 - 5 lat)	Dominik Sosiński	130 zł	12
		17:00	18:00	LegoRobotyka dla Juniora (6 - 9 lat)	Dominik Sosiński	160 zł	12
		18:15	19:15	LegoRobotyka grupa III (6 - 10 lat)	Dominik Sosiński	160 zł	12
Czwartek	Sala widowiskowa	9:00	10:00	Qigong - Lecący Żuraw - ćwiczenia prozdrowotne	Kazimierz Klicik	60 zł/m-c; 20 zł jednorazowo	8-20
		15:45	16:45	Taniec towarzyski dla dzieci 6-10 lat (pary i solo)	Marta Kubizna-Lemieszkiewicz	100 zł/mc; 30 zł jednorazowo	20
		17:00	18:00	Taniec towarzyski dla dzieci 11-14 lat (kontynuacja) (pary i solo)	Marta Kubizna-Lemieszkiewicz	100 zł/mc; 30 zł jednorazowo	20
		18:00	19:00	Taniec towarzyski i użytkowy dla dorosłych (grupa początkująca)	Marta Kubizna-Lemieszkiewicz	100 zł/mc; 40 zł jednorazowo	20
		19:15	20:30	Taniec towarzyski i użytkowy dla dorosłych (kontynuacja)	Marta Kubizna-Lemieszkiewicz	120 zł/mc; 40 zł jednorazowo	20
		20:30	21:30	Ladies Latino 16+	Marta Kubizna-Lemieszkiewicz	100 zł/mc; 40 zł jednorazowo	20
	Sala muzyczna	9:00	17:30	Nauka gry na perkusji dzieci 6+, młodzież i dorośli	Wojciech Baranek	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
		17:30	18:20	Warsztaty gry na bębnach etnicznych młodzież 9 - 14 lat	Kazimierz Klicik	120 zł/m-c; 30 zł jednorazowo	12
		18:30	19:30	Warsztaty gry na bębnach etnicznych dorośli	Kazimierz Klicik	120 zł/m-c; 30 zł jednorazowo	12
	Sala audio-wizualna	12:00	18:00	Emisja głosu indywidualnie	Jakub Praszał-Banaszewski	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
		18:30	20:30	Chór miejski "Cantores Adalberti"	Jakub Praszał-Banaszewski	50 zł	20
	Sala plastyczna	16:00	18:00	Modelarnia	Rafał Zalewski	120 zł	8
		18:30	20:30	Przestrzeń Sztuki - świadome tworzenie	Marcin Dybowski	120 zł	6-12
Piątek	Sala widowiskowa	08:00	08:55	Gimnastyka dla seniorów SAS	Kinga Frąckiewicz	opłata SAS	25
		09:00	09:55	Gimnastyka dla seniorów	Kinga Frąckiewicz	40 zł	25
		10:00	10:55	Gimnastyka dla seniorów SAS	Kinga Frąckiewicz	opłata SAS	25
		14:30	15:30	Gimnastyka z elementami zdrowego kręgosłupa	Ada Bujalska	100 zł/m-c; 30 zł jednorazowo	25
		18:00	19:00	Qigong - Lecący Żuraw - ćwiczenia prozdrowotne	Kazimierz Klicik	60 zł/m-c; 20 zł jednorazowo	8-20
		19:00	21:00	Tango argentyńskie - praktyka (WSZYSTKIE piątki miesiąca)	Ewa Modelewska	120 zł/m-c; 30 zł jednorazowo	10-20
	Sala audio-wizualna	08:00	20:00	Nauka gry na pianinie 6+	Marzena Pietkiewicz	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
	Sala muzyczna	16:00	17:00	"Harmony Teens" - zespół wokalny nastolatków 11 - 14 lat	Karolina Bartnikowska	90 zł	
		17:00	18:00	"Harmony Kids" - dziecięcy zespół wokalny 7 - 10 lat (gr. kontynuacja)	Karolina Bartnikowska	90 zł	
		18:00	21:00	Nauka gry na pianinie 15+ i dorośli	Grażyna Rudnicka	50 zł/30 min; 75 zł/45 min	indywidualne
	Sala plastyczna	16:00	17:00	"KLEKSY" - plastyka gr. II 6-8 lat	Paulina Nowaczyk-Pisarska	90 zł	12
		17:10	18:10	"ART WORLD" - plastyka gr. III średniozaawansowana 8 - 10 lat	Paulina Nowaczyk-Pisarska	90 zł	12
		18:20	19:50	"PASJE" - zajęcia plastyczne dla dorosłych i seniorów	Paulina Nowaczyk-Pisarska	110 zł	12

ZAPISY przez www.strefazajec.pl
CKiCz zastrzega sobie prawo do zmian w harmonogramie