



Приглашаем мальчиков и девочек, а также юношей и девушек в наш домашний  
[Класс дополнительного образования EFFORTLESSON](#)

Адрес: Класс - Effortlesson. V Kněživce 288, 252 67 Tuchoměřice. Телефон: +420 775 371 733 (WhatsApp, Telegram)

## Каталог курсов

Время проведения занятий смотрите в [РАСПИСАНИИ](#)

НИКАКИХ АБОНЕМЕНТОВ!!! ПЛАТИТЕ ТОЛЬКО ЗА ФАКТИЧЕСКОЕ ПРЕБЫВАНИЕ НА ЗАНЯТИЯХ

Название	Возраст	Описание	Ведущий	Время занятия	Цена Кч
<a href="#">БОРЬБА: Grappling, BJJ</a>	ДЕТИ: 7-12 и 13-17 лет	Групповое занятие для мальчиков и девочек. Язык: русский (Případně česky jazyk)	Александр	60 мин	150
<a href="#">Художественная мастерская</a>	ДЕТИ: 7-12 лет	Курс с художницей Натой Заикиной (графика, живопись, скульптура, искусствоведение). Групповая работа Язык: русский (Případně česky jazyk)	Ната	120 мин	300
<a href="#">ЧИТАЙ-ПИШИ</a>	ДЕТИ: 7-12 лет	Русский язык: Грамматика, почерк, оформление текстов.	Светлана	60 мин	150
<a href="#">ПСИХОЛОГИЯ для детей</a>	ДЕТИ: 7-12 лет	ЧУВСТВА, ПОВЕДЕНИЕ, ПОТРЕБНОСТИ, НОРМЫ (профилактика страхов, тревог, социализация, базовые эмоции, ненасильственная коммуникация, личные рамки, самосознание и пр.) Язык: русский	Светлана	60 мин	150

класс *ученье без принуждения* - Hodina *doplňkového vzdělání* Effortlesson

S.Frigo [effortlesslesson@gmail.com](mailto:effortlesslesson@gmail.com) Telegram, WhatsApp +420 775371733 <https://effortlesson.com>, <https://effortlesson.ru>

<b><u>ПОНИМАЙ-ОЦЕНИВАЙ</u></b>	ДЕТИ: 7-15 лет	Русский язык: герменевтика, осмысление, определение собственного мнения. Групповое занятие	Светлана	60 мин	150
<b><u>Мастерская игрушек</u></b>	ДЕТИ: 7-15 лет	Мастерская в которой дети смогут сделать собственными руками для себя игрушки. Изготовление игрушек в различных техниках: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Мягкая игрушка;</li> <li>● Фигурки из фимо-пластика;</li> <li>● Керамическая игрушка;</li> <li>● Игрушки из бумаги, картона, фетра;</li> <li>● Поделки из бисера;</li> <li>● Папье-маше;</li> <li>● и др.</li> </ul> <p>Язык: русский (Případně česky jazyk)</p>	Светлана	60 мин	150
<b><u>Математика по методике ХЕЙНИ (ČR: Hejného metoda)</u></b>	ДЕТИ: 7-12 лет	Математика по чешской методике Хейни (ČR: Hejného metoda). Групповое занятие. Язык: русский (Případně česky jazyk)	Светлана	60 мин	150
<b><u>Графический дизайн</u></b>	ДЕТИ: 7-12 лет	Цифровая графика (рисование на электронных носителях). Групповая работа. Предварительная запись обязательна. Язык: Русский, Český, English	Варвара	60 мин	150
<b>Английский язык</b>	Дети: 7-12 лет и 13-17 лет	По предварительной договорённости. Индивидуальные и групповые занятия	Варвара	60 мин	150

<a href="#">Open Mat BJJ, Grappling</a>	Взрослые 18+	По предварительной договорённости  Спарринги для спортсменов  Если вы начинающий или совсем без опыта борьбы, то можно записаться на курс. Условия и стоимость, как у детей. День и время обговариваются отдельно, когда наберётся группа.	Александр	60-120 мин	100,- Kč/вход
---	--------------	--	-----------	------------	---------------

Вся актуальная информация на сайте: <https://effortlesson.ru>

Новости, объявления, отчёты на закрытом телеграм-канале: <https://t.me/+ObOlgDdVV-lwNDdk>

Социальные сети: [INSTAGRAM](#) и [FaceBook \(META\)](#)