

GERINCTORNA

MOZGÁS-KÖZÖSSÉG-KIKAPCSOLÓDÁS

Fájdalmak, merevség, korlátozott mozgástartomány?



A mobilizációs és nyújtó edzés segít!



Javítsd az ízületeid rugalmasságát!

Növeld a teljesítményedet és előzd meg a sérüléseket!

Érezd magad könnyedebbnek és energikusabbnak!



Minden hétfőn 17 órától



Igal, Könyvtár

(Igal, Szent István u. 85.)

Bővebb információ: +3670/682-4440

igalmuvhaz@gmail.com



VÁRUNK SZERETETTEL!

Kikiáltó



ARANY JÁNOS
MŰVELŐDÉSI HÁZ
ÉS KÖNYVTÁR

Arany János Művelődési Ház és Könyvtár közérdekű havi kiadványa

A magyar kultúra napja alkalomból a tavalyi évhez hasonlóan (és a tavalyi sikeren felbuzdulva) idén is jelentkeztünk egy kulturális kvízzel, melyet január 26. éjfélig lehetett kitölteni. A kérdőív kérdéseire helyes választ adók között 5 ajándécsomagot sorsoltunk ki. A nyertesek: Bogdán Aliz, Bozsóné Werstroh Katalin, Czeiderné Imre Aranka, Magyarfi Valéria, Malinkó Mariann. Köszönjük, hogy velünk játszottak/játszottatok!



Sikeresen és tartalmasan zajlott a január 22-re tervezett magyar kultúra napi programunk, vendégeink voltak az Igali Batthyány Károly Általános Iskola 2. osztálya, 3. osztálya és 4. osztálya. A gyerekek Somogy Vármegyei értéket (pl.: Zselici Csillagpark) ábrázoló kirakókat, az aSzakkör képeit ábrázoló memória játékot, golyólabirintust, malom játékot, valamint „Hungarikum és Somogyi érték” totót játszhattak az asztaloknál. A megyei érték kocka kirakó lényege az volt, hogy a kockákból hat 120x120 cm-es vármegyei értéket (pl. Kassai Lovasjász-módszer, Csiky Gergely színház) ábrázoló képet lehetett kirakni függőleges és vízszintes irányban. A "Hungarikum vagy érték?" ügyességi dobáló játékban mindenki szívesen próbálta ki tudását. A tanulók jól érezték magukat, biztosak vagyunk benne, hogy sok értékes információval gazdagodtak nálunk. Szeretettel várjuk őket vissza!

HOZD EGYENSÚLYBA AZ
ENERGIÁIDAT!

TELJES CSAKRAMEDITÁCIÓ HANGFÜRDŐVEL



July
17

Időpont: 2025. február
21. (péntek) 18.00

Helyszín: Igal, Könyvtár



Időtartam: 60 perc

Éld át a csakraid teljes harmonizációját egy különleges vezetett meditáción! Segít ellazulni, felszabadítani a blokkokat és feltölteni a belső energiáidat.

A program rövid testátmozgatással és légzőgyakorlatokkal indul, majd mély csakrameditációval folytatódik, végül egy hangfürdős relaxáció segít az elmélyülésben. Minden korosztályt szeretettel várunk! ✨

Előzetes jelentkezés ajánlott a HATHAYOGA IGAL
FACEBOOK OLDALÁN LÉVŐ ESEMÉNYBEN !

Részvételi díj : 3000 Ft



2025. február 22. 15:00

Teakészítő és gyógynövény- ismereti workshop



A programon bemutatásra kerül:

- melyek az élvezeti teaként alkalmazható gyógyfüvek
- a gyógynövények felhasználási lehetőségei
- mely növényeket érdemes teaként fogyasztani
- a teakeverékek optimális készítése

Arany János Művelődési Ház
Igal, Szent István u. 89.

+3670/682-4440

igalmuvhaz@gmail.com

Szeretettel várunk!



- IGALI FARSANGI FELVONULÁS -



KEDVES MASKARÁSOK ÉS MULATNI VÁGYÓK

Idén is érkezett a farsang ideje, amikor minden a mókáról, bolondozásról és a tél búcsúztatásáról szól!



Házasulandók és siratóasszonyok kerestetnek!

🔔 Házasságot tervezel farsang idején? Jelentkezz, és add át magad a vidám „lagzinak”! 😘

😭 Szívesen siratnád a telet? Akkor gyere siratóasszonynak, és búcsúztasd el a hideget böngötemetéssel! 😁

Hozz magaddal kereplőt, jelmezt, és persze jókedvet! Zene, tánc, bolondozás és farsangi finomságok várnak!

Ne hagyd ki ezt az örült farsangi kavalkádot! Jelmezes, maskarás megjelenés kötelező!

Várunk minden tréfamestert, farsangi bolondot és téltemetőt! Hadd szóljon a kereplő, kergessük el együtt a telet!

Időpont: 2025. március 01. 15:00

A farsangi multság a Templom térről indulva egészen az Igali-Gyógyfürdőig vonul, ahol elégetjük a kiszebábot.

#bolond lakodalom

#télüzés

#medvetáncoltatás



#kiszebáb égetés

#farsangi fánk

#jelmezek

2025. MÁRCIUS 1.
SZOMBAT
21:00-03:00

Igali
RETRO
Farsangi
DISCO

A '90-ES ÉS 2000-ES ÉVEK
LEGNAGYOBB HAZAI ÉS
KÜLFÖLDI SLÁGEREI

JELMEZVERSENY

BELÉPŐ:
ELŐVÉTELBEN 2.000 FT
(A MŰVELŐDÉSI HÁZBAN ÉS CZEIDER ÁKOSNÁL)
HELYSZÍNEEN 2.500 FT

BÜFÉ
RETRO SZENDVICS



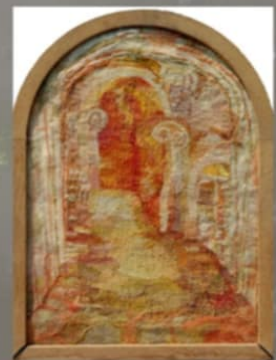
ARANY JÁNOS MŰVELŐDÉSI HÁZ
IGAL, SZENT ISTVÁN UTCA 89.

Bővebb információ: Arany János Művelődési Ház és Könyvtár +36 70 682 4400

MEGHÍVÓ

N. Pintér Mária
textilművész-tanár

“Természet - és feletti” c. kiállítására



Helyszín: Arany János Művelődési Ház
Igal, Szent István u. 89.

Időpont: 2025. március 7. 17:00

A kiállítás megtekinthető: 2025. április 25-ig.

Szeretettel várjuk az érdeklődőket!



IGAL

03.23. VASÁRNAP
14:00 - 17:00



MÁRC
23

STRUKTÚRPASZTA, ARANYAKRIL ALK.
MÉRET: 40X50 CM
RÉSZVÉTEL DÍJA: 11.000 FT/FŐ

ARANY JÁNOS MŰVELŐDÉSI HÁZ ÉS KÖNYVTÁR
IGAL, SZENT ISTVÁN U. 85.

WWW.PACSMAG.HU

ÚJRA, Te is tudsz festeni, velünk biztosan sikerülni fog!

Fessük meg közösen ezt a csodaszép pipacsos képet lépésről-lépésre koordinátor segítségével 2025. március 23-án 14 órától a könyvtárban! Hívd el magaddal kollégádat, barátnödet vagy a szomszédasszonyodat (ez ismét egy remek lehetőség hasonló beállítottságú emberekkel találkozni)! ☺

Amit biztosítunk: jó hangulat, ecset, vászon, festék, kellemes társaság, ropogtatnivaló

Ha szeretnél részt venni az eseményen, nincs más dolgod, mint jelezni felénk az alábbi elérhetőségek egyikén:

- +3670/682-4440
- igalmuvhaz@gmail.com
- Messengeren

♥ Várunk szeretettel! ♥