

Budova B

SAVE THE DATE: Bazar oblečení na Brumlovce

Ulovte si nové kousky do šatníku za skvělé ceny!

Kdy: čtvrtek 24. dubna 2025, od 8:30 do 19:00 hod.

Kde: FLEKSI prostor, Budova B, Vyskočilova 1422/1a

V případě zájmu účastnit se akce jako prodejce, obraťte se, prosím, **do 14. dubna** na e-mail: marika.duchonova@passerinvest.cz

Prodejní místo je zdarma. Za finanční poplatek zajistíme štendry na oblečení a stoly. **Kabinky se zrcadly pro nakupující jsou zajištěny.**

PRODÁVAT A NAKUPOVAT SE ZDE BUDE DÁMSKÁ A DÍVČÍ MÓDA,
DOPLŇKY, OBUV A ŠPERKY.

Brumlovka.

Bazar.



Ulovte si nové kousky
do šatníku za skvělé ceny!



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz

Passerinvest

Turnaj.



Fotbal Cup Brumlovka 2025



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all BB Centrum activities are to be found also at brumlovka.cz

Passerinvest

Brumlovka

Save the Date: Fotbal Cup Brumlovka

Nejvyšší čas začít trénovat.

Kdy: pátek, 6. června 2025, od 8:00 hod.

Kde: FK Slavoj Vyšehrad, Mikuláše z Husí 1709, Praha 4

Tradiční fotbalový turnaj firem sídlících na Brumlovce se letos uskuteční **v pátek 6. června** na oblíbeném hřišti FK Slavoj Vyšehrad. Turnaj je určen pro všechny sportovní nadšence (dámy i pány) z řad našich nájemců. Hraje se 2 x 7 minut dle pravidel malého fotbalu (hanspaulské ligy), v týmu 5+1 se 4 střídajícími.

Plné znění propozic turnaje naleznete [ke stažení ZDE](#).

Brumlovka.

Budova B

Kurz malování mandal tečkovou metodou

Kdy: úterý 4. března, od 17:30 hod.

Kde: FLEKSI prostor, Budova B, Vyskočilova 1422/1a

Lektorka: Helena McAlorum

V každém člověku je tvůrčí potenciál. Pojďme jej společně s lektorkou Helenou McAlorum nalézat a rozvíjet, obohatíme tak náš život o nový rozměr. Čeká vás lehká technika malování mandal akrylovými barvami na plátno 30x30 cm. Budete se učit objevovat tvořivou sílu, kterou v sobě máme všichni. Během malování získáte nadhled i trpělivost a užijete si příjemný čas v přítomném okamžiku.

Všechny výtvarné potřeby a pomůcky jsou součástí ceny workshopu. Doporučujeme přijít v oblečení, které nebudete mít problém si zašpinit od barev. Určeno pro dospělé pokročilé i úplné začátečníky. Délka trvání cca 3 hodiny.

Cena workshopu: 650 Kč / osoba

Platba za workshop na místě v hotovosti.

Registrace: marika.duchonova@passerinvest.cz

Brumlovka.

Workshop.



Kurz malování mandal tečkovou metodou



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Seznamka.



Seznamka pro milovníky sportu



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Budova Brumlovka

Seznamka pro milovníky sportu

Kdy: čtvrtek 6. března, od 18:00 a od 20:00 hod.

Kde: Coffee Perk, budova Brumlovka, Vyskočilova 1100/2

Postarádte partnera, se kterým budete sdílet svůj zdravý aktivní životní styl? Připravili jsme pro vás společenský seznamovací večer, kde máte možnost poznat ty, kteří jsou právě single. „Sportovní seznamka“ není rozhodně určena jen těm, kteří se věnují sportu na profesionální úrovni, přihlásit se může každý, kdo vyznává aktivní životní styl a má rád pohyb. Za jeden večer potkáte 8–10 partnerů a pokud vás někdo upoutá, rádi vám vyměníme kontakty.

Jděte štěstí naproti a přihlaste se!

Od 18:00 hod.	ženy 37–49 let, muži 45–54 let – CZ
Od 20:00 hod.	ženy i muži do 35 let – CZ

Pokud jsme se zrovna tento měsíc netrefili s tématem do vašich zálib, preferencí či věku, navštivte přímo stránku pořádatelky agentury www.seznamovacivecer.cz, kde najdete širokou nabídku seznamovacích večerů.

Brumlovka.

Budova Filadelfie

Taneční na Brumlovce

Kdy: středa 12. března, od 19:00 hod.

Kde: obchodní pasáž budovy Filadelfie, Želetavská 1525/1

Pojďte si s námi zdarma zatančit pod vedením Lenky Nory Návorkové – několikanásobné mistryně ČR v latinskoamerických tancích a účastnice oblíbené televizní soutěže StarDance.

V březnu nás na Brumlovce čeká další taneční lekce. Tentokrát zamíříme na ostrov Kuba, odkud pochází chacha, kterou si společně zatančíme. Naučíme se základní krok a na něj napojíme další atraktivní variace a figury. Věříme, že si lekci užijete, ať už přijдете sólo nebo v páru.

Přijďte si zatančit na Brumlovku. Těšíme se na vás.

Brumlovka®

Taneční.



Taneční na Brumlovce



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Workshop.



Jarní aranžmá



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Budova Filadelfie

Workshop: Jarní aranžmá

Kdy: úterý 18. března, od 17:30 do 20:00 hod.

Kde: Roast & Grill Bistro, obchodní pasáž budovy Filadelfie,
Želetavská 1525/1

Přijďte si vyrobit svěží květináč, do kterého si zasadíte jarní květiny a ozdobíte ho některými z krásných přírodnin. V ceně workshopu je welcome drink, přírodniny, jarní květiny (cibuloviny, petrkliče), floristický materiál a zapůjčení pracovního nářadí. Kurz je vhodný i pro začátečníky.

V den konání workshopu je pro účastníky **sleva 10 % na veškerý sortiment** v obchodě Květiny Romantika.

Cena: 650 Kč / osoba

Platba za workshop na místě v hotovosti.

Kapacita: 8–15 osob

Registrace: marika.duchonova@passerinvest.cz

Brumlovka.

Budova Filadelfie

Kuba – Karibský ráj, či tvrdá realita?

Kdy: středa 19. března, od 17:30 hod.

Kde: obchodní pasáž budovy Filadelfie, Želetavská 1525/1

Přednáší: **Kateřina Honsová**

Snili jste někdy o tom, že vyrazíte na Kubu? Chtěli jste ochutnat kubánský rum a doutníky, okusit rytmy salsy a opalovat se na pláži na Varaderu? Ale co když realita tohoto karibského ostrova vypadá úplně jinak?

Cestovatelka **Hispánka na cestách** se vydala na neznámější karibský ostrov, aby na vlastní kůži zažila skutečnou tvář Kuby. Inspirovala ji k tomu píseň Patria y Vida, která v roce 2021 rozpoutala vlnu protestů proti tamnímu režimu, o kterých málokdo ví. Demonstrace navždy ovlivnily podobu kubánského života. Zažila Kubu, která si prošla dvěma castrovskými režimy a nyní čelí nebezpečné vládě Miguela Díaze-Canela a mnoha dalším problémům.

Vše si zaznamenávala prostřednictvím rozhovorů s místními obyvateli. Vyzkoušela si žít jako oni. Vzdorovala hladu, žízni, vedru, nemocím, a navzdory tomu se pomalu do tohoto ostrova zamilovávala.

Brumlovka.

**Cestovatelský
večer.**



Kuba – Karibský ráj, či tvrdá realita?



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Workshop.



Největší chyby v péči o pleť i v líčení



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Budova B

Beauty Workshop

Největší chyby v péči o pleť i v líčení. Neděláte je i vy?

Kdy: čtvrtek 20. března, od 18:00 hod.

Kde: FLEKSI prostor, Budova B, Vyskočilova 1422/1a

Lektorka: Soňa Hrabec Kotulková

Nikdo učený z nebe nespadol a chybujeme všichni. Jenže v beauty rutině tyto malé „přešlapy“ mohou znamenat velké problémy s pleťí nebo s alergiemi. Chcete mít krásnou, zářivou pleť a vypadat vždy svěže a dokonale?

Kosmetická redaktorka a beauty expertka Soňa Hrabec Kotulková vám prozradí, čemu se ve své péči a v líčení vyhnout a jak vše dělat správně.

Cena: 150 Kč / osoba

Platba za workshop na místě v hotovosti.

Registrace: marika.duchonova@passerinvest.cz

Brumlovka.

Brumlovka

Hovory z Brumlovky

Kdy: středa 26. března, od 18:00 hod.

Kde: premiéra online na **FB profilu Brumlovka**

Každý měsíc si zveme lidi, kteří dle nás, mají co říct a svůj pracovní či osobní život mají nějak spojený právě s Brumlovkou. Chceme pro vás hledat inspiraci, pracovní i osobní hodnoty, rady, ale i představovat životní výhry a prohry.

Jiná osoba, jiné téma, pokaždé na Brumlovce.

Tento měsíc: **Daniel Digoň**

Daniel Digoň je generální ředitel společnosti ATALIAN CZ, lídra ve facility managementu. Před nástupem do této role působil jako finanční ředitel, kde získal cenné zkušenosti s finančním řízením a optimalizací procesů. Pod jeho vedením se zlepšily obchodní výsledky i spokojenost zaměstnanců, a to nejen na úrovni čísel, ale i firemní kultury, kde klade důraz na hodnoty a týmového ducha.

Řídí se čtyřmi pilíři: konzistence, disciplína, autenticita a odvaha. Věří, že základem firmy jsou lidé, a uplatňuje principy osobního růstu a zodpovědnosti. Ve volném čase se věnuje vodním sportům, jako je potápění, windsurfing, kiteboarding nebo rybaření.

Rozhovorem vás bude provázet Eduard Forejt.

Brumlovka.

Talkshow.

Daniel Digoň



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Workshop.



Workshop pozdravů slunce



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz

Passerinvest

Budova B

Workshop pozdravů slunce

Kdy: pondělí 31. března, od 18:00 hod.

Kde: FLEKSI prostor, Budova B, Vyskočilova 1422/1a

Lektorka: Andrea Mokrejšová

Chtěli byste hlouběji proniknout do techniky „pozdravů slunce“ – základní sestavy jógy, která propojuje dech a pohyb? Nezáleží na tom, zda jste v józe začátečník, nebo pravidelný praktikující. Začneme soustředěním na dech, abychom se naladili na své tělo, a poté se krok za krokem naučíme správné provedení jednotlivých pozic i jejich propojení.

Objevte, jak pozdravy slunce mohou podpořit vaši pružnost, sílu i vnitřní klid.

Cena: 150 Kč / osoba

Platba za workshop na místě v hotovosti.

S sebou: **jóga podložku, oblečení, případně deku**

Registrace: marika.duchonova@passerinvest.cz

Brumlovka.

Budova Alpha

Výstava: Krásné budoucí

Mgr. Irena Kovářová, družstvo Tvoříme srdcem

Kdy: 2. – 30. března

Kde: Budova Alpha, Vyskočilova 1461/2a

A po noci přijde ráno. Každá noc jednou skončí. Temnota ustoupí a rozlije se světlo. Každý to už mnohokrát ve svém životě zažil. A přesto, že jsme to všichni zažili, neměli bychom vzpomínat na tmu, ale myslet vždy a pouze na světlo.

Protože když se obrátím k temnotě zády, ona prostě zmizí a já budu vnímat jenom světlo. Obklopujte se světlem a radostí na každém kroku, v každém okamžiku vašeho života a krásné budoucí se stane krásnou přítomností.

Už je to tady! A už to nejde zastavit!

Brumlovka.

Výstava.



Krásné budoucí



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Sport.



Pravidelné běžecké lekce



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest

Brumlovka

Pravidelné běžecké lekce

Kdy: každé úterý, od 17:30 do 18:30 hod.

Kde: sraz v 17:20 hod. na recepci budovy Beta

(Vyskočilova 1481/4, Praha 4)

Chcete začít běhat, ale nevíte, jak na to, nebo se k tomu neustále vracíte a nikdy dlouho nevydržíte? Přijďte se k nám na bezplatný běžecký trénink pod vedením zkušených běžeckých nadšenců a blogerů z Running2, Soni Hrabec Kotulkové a Michala Hrabce.

Ukážou vám, že běhání je úžasný sport pro každého a poradí, jak si ho užít naplno. Skupina je rozdělena podle tempa na pomalejší a rychlejší běžce, takže si každý najde své místo. Přijďte se proběhnout, poznat nové lidi a objevit radost z běhání!

Účast na lekcích je zdarma.

Brumlovka.

Budova Delta

Pravidelné lekce jógy

Kdy: každý čtvrtek, od 7:00 do 8:00 hod.

Kde: Budova Delta I., Za Brumlovkou 1559/5, Praha 4
(Sraz v 6:50 hod. na recepci budovy Delta I., kde si účastníci
lekce vyzvedne lektorka.)

Přijďte si s námi zdarma zacvičit jógu pod vedením nadšené jóga lektorky
Natálie Löwové.

Pro koho? Pro začátečníky i pokročilé všech věkových kategorií.

Co s sebou? Vlastní karimatku, vodu a dobrou náladu.

Na co se můžete těšit? Dechové cvičení, jemné i náročnější pozice i meditace.

Rezervace předem není nutná. Více informací na e-mailu:

marika.duchonova@passerinvest.cz

Prosíme ať účastníci jógy sledují sociální sítě Brumlovky s informací
o případném zrušení lekcí.

Brumlovka.

Sport.



Pravidelné lekce jógy



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at brumlovka.cz.

Passerinvest



Budova B

FLEKSI zve na přednášku o dezinformacích v éře AI

Kdy: středa 5. března, 17:30 – 19:00 hod.

Kde: FLEKSI prostor, Budova B, Vyskočilova 1422/1a

Dezinformace v éře umělé inteligence: Jak rozpoznat pravdu od fikce? Dezinformace se šíří napříč internetem a AI je činí stále sofistikovanějšími. Jak je rozpoznat a ověřit pravdivost informací?

Přednáška Zdeňka Valuta (CEO Elevaty.ai) vám ukáže techniky manipulace, způsoby ověřování a spolehlivé zdroje. Přijďte se naučit, jak efektivně odolávat informačním manipulacím. **Vstup zdarma.**

Počet míst je omezen – prosíme o registraci pomocí [formuláře zde](#).

FLEKSI

Brumlovka

Balance Club Brumlovka zve na příměstský tábor

Balance Club Brumlovka srdečně zve vaše děti na příměstský tábor, který se uskuteční od 7. do 11. července 2025. Čeká je týden plný zábavy, pohybu a dobrodružství, o který se postarají zkušené paní učitelky z MŠ Elijáš a oblíbené osobní trenérky Linda Haisová a Nikola Miřátská.

Pro vaše děti bude připraven pestrý program, který zahrnuje sportovní aktivity a hry na čerstvém vzduchu, zábavná cvičení a pohybové aktivity, kreativní dílničky a spoustu další zábavy.

- Termín: **7.–11. července 2025**
- Místo: Balance Club Brumlovka a MŠ Elijáš
- Cena: **6 600 Kč** (25% zvýhodnění pro děti členů a děti z MŠ/ZŠ Elijáš)

Přihlášky a bližší informace získáte na e-mailu rezervace@balanceclub.cz. Kapacita tábora je omezená, proto neváhejte a přihlaste své děti co nejdříve! Těšíme se na vaše děti a na společné prázdninové dobrodružství!

balance
club
BRUMLOVKA





Budova Filadelfie

Péče pro gentlemany

Více barberů, více termínů v Better Barber!

Kde si pánové mohou dopřát péči a čas sami pro sebe? V Better Barber v přízemí budovy Filadelfie. Se začátkem nového roku se tým rozšířil o další dva barbery. Díky tomu si tak můžete vybírat z ještě více termínů, a to nejen ve všední dny, ale i o víkendu.

Termín i tak doporučujeme zarezervovat co nejdříve, ať už online či telefonicky. A nezapomeňte využít jejich speciální věrnostní program, díky kterému máte každou 10. návštěvu zdarma.

Objednávky na tel.: 725 726 832 a na webu.



Budova Filadelfie

Meera Design Fashion Show

Meera Design srdečně zve na exkluzivní módní přehlídku, která se uskuteční ve čtvrtek 20. března 2025 v butik v obchodní pasáži Filadelfie.

Během večera bude představena nová jarní kolekce, která přináší svěžest, eleganci a nadčasovou ženskost. Zároveň hosty přenese do světa italské módy, proslulé mistrovským krejčovstvím a smyslem pro detail.

V Meera Design exkluzivně vybrali originální modely z italské produkce, jež zdůrazňují sofistikovanost a nadčasový styl. Každý model byl pečlivě vybrán tak, aby podtrhl jedinečnost a osobní styl.

Program večera:

- 17:00 – Přivítání hostů a občerstvení
- 17:30 – Začátek módní přehlídky
- 19:30 – Předpokládané ukončení akce

Vstupné: 350 Kč (částku lze odečíst z nákupu až do pátku 28. března 2025).

Rezervace: potvrzení účasti předem na tel.: +420 776 823 601





Budova Alpha a Filadelfie

Věrnost se vyplácí: Sbírejte razítka v PuzzleSalads!

Obľíbené saláty, bowls i ďalší hlavné jedlá si teraz môžete vychutnať ešte výhodnejšie! PuzzleSalads zavádza vernostnú kartičku, díky ktorým získate **slevu na každé páté jídlo (30%)** a **na desáté jídlo (50%)**.

Akce platí do 30. dubna 2025 na všech pobočkách, tak neváhejte a sbírejte razítka při každé návštěvě!

Budova Brumlovka

Maranatha: Vegetariánská kuchyně plná inspirace

Chcete se stravovat zdravě a zároveň si pochutnat? V restauraci Maranatha vám s výběrem pomůže „Semafor“ – tedy barevné označení jídel podle jejich prospěšnosti pro zdraví. Z bohaté nabídky teplého a studeného buffé si vybere každý a pokud máte chuť na něco rychlého, vyzkoušejte „minutky“ – čerstvě připravené vegetariánské burgery, hot dogy, těstoviny, saláty nebo asijské speciality.

A pokud vás po obědě honí mlsná, sáhněte po zdravé alternativě. Ovocné a ořechové tyčinky, sušené ovoce nebo ořechy dodají tělu vitamíny a minerály. Ořechy jsou bohaté na bílkoviny, vitamín E, hořčík, draslík i kyselinu listovou – a právě jejich přínos potvrzuje i rozsáhlá studie Adventist Health Study. Proto doporučujeme konzumovat je nepražené a nesolené jako součást každodenního jídelníčku. Kromě skvělého jídla pro vás připravují i inspirativní besedy na témata zdravého životního stylu – například program NEWSTART, koncept dlouhověkosti BLUE ZONES nebo diskuze o výhodách a možných rizicích rostlinné stravy.

