

Léto plné divadla, tance a stand-upů

07.07.2026

O prázdninách si na Trojce můžete zajít do Atria na novou výstavu, poslechnout si hudební talenty na Akustickém létě a zatančit si na Kostnickém náměstí.



Atrium na Žižkově projde přes léto rekonstrukcí, která potrvá do konce září. Opravy se dotknou šaten a záchodů, které mají být bezbariérové. Nemějte ale obavy, program tu na vás bude stejně čekat. Přístupná je například stále výstava Turismus: náš luxus, naše utrpení. Podívat se na ni můžete od středy do neděle vždy mezi 15. a 19. hodinou. Pokračovat budou taky oblíbené akce jako úterní ranní lekce jógy, háčkovací posezení nebo čtenářský klub, které se přesunou do zahrady.

Novinkou je výstava Jianquan Li: Echo of Being, kterou najdete v sále a zajít si na ni můžete od 3. do 31. července v čase mezi 15.00 a 19.00. „Výstava se dotýká témat paměti, blízkosti i vzdálenosti. Návštěvníci se mohou volně pohybovat mezi obrazem, zvukem a prázdnými místy a hledat vlastní cestu krajinou vzpomínek a stop,“ popisuje vedoucí PR a marketingu Atria Elisa Spevaková. Kávu nebo letní drink s sebou si tu budete moct dát od 20. července každý den v čase od 10.00 do 19.00. Aktuální informace o programu a provozu najdete na webu atriumzizkov.cz.

Do Čítárny Unijazzu se vrací hudební open call Akustické léto pro všechny. Na pódiu se představí začínající i zavedená jména hudební scény a první koncert uslyšíte 21. července v 19.00. Těšit se můžete taky na výtvarný open call Unibrejk, v rámci kterého představí svá díla umělci z řad veřejnosti. Vernisáž společné prázdninové výstavy proběhne 3. srpna od 19.00.

Jestli vás lákají živá představení pod hvězdným nebem, nenechte si ujít stand-upy na Střeše Radost, kde si užijete skvělou letní atmosféru. Jejich přesný program najdete na stránkách strecharadost.cz. Skvělá vystoupení zažijete taky na dvorku Žižkovského divadla Járy Cimrmana, kde vám v srpnu zahrají divadlo Aqualung a soubor 3D Company. Program jednotlivých představení najdete na [webu divadla](http://webu.divadla).

A protože Žižkovské divadlo Járy Cimrmana bude mít svá vystoupení až v srpnu, během celých prázdnin si můžete zajít na Hvězdné léto pod Žižkovskou věží, které pořádá Divadlo Kalich. Těšit se můžete na spoustu činoher, muzikálů, koncertů, a dokonce letní premiéry, kterými jsou Ryba ve čtyřech a Herečka sobotní noci. Pro obyvatele Trojky má divadlo navíc sousedskou slevu 200 Kč. Stačí, když si vstupenku zakoupíte nejpozději sedm dní před začátkem představení a u pokladny předložíte svůj občanský průkaz s trvalým bydlištěm na Praze 3.

Kostnické náměstí zaplaví o prázdninách tanečníci

Naopak pondělní noci, tedy spíš večery, můžete věnovat tanci na Kostnickém náměstí. Letní tančírny

povedou zkušené lektori, kteří vás naučí základní i pokročilejší kroky, figury a choreografie. Latino tance si můžete zkusit už 13. července, o dva týdny později pak salsu a bachatu a 10. srpna balfolk. Vstup je jako vždy zdarma a registrace není potřeba. Navíc tu je nově v provozu kavárna Vítek, kde si hrdlo svlažíte domácí limčou.

Pokud ale chcete trochu systematictější pohyb, za jděte do Nové Trojky, která si pro všechny dospěláky připravila program na Sportovní léto. Ten poběží až do 6. září a účastníci si mohou vybírat z bootcampu, bodystylingu, cvičení s fyzioterapeutkou nebo běžeckého programu Light Run pro ženy. Registrace probíhá online prostřednictvím rezervačního systému na stránkách nova-trojka.webooker.eu.

Pohyb potřebují i senioři, a proto si pro ně Klub Remedium připravil letní cvičení, které bude probíhat každý čtvrtek od 9.30, a to až do 1. října. Vyzkoušejí si různé druhy cvičení se zaměřením na rehabilitaci, protažení a jemné posilování. Oblíbenou aktivitou je v Remediu taky pétanque, na který jsou zvaní jak „profíci“, tak úplní začátečníci. Přidat se můžete vždy ve 14.30 v parku na Žižkově náměstí, a to v průběhu července i srpna. Setkání vyvrcholí společným turnajem 24. září.

Aeroškola připravila příměstské tábory pro filmové nadšence

Letní prázdniny jsou největším svátkem hlavně pro děti, a jestli jim chcete dopřát nové kamarády, pohyb a zážitky, přihlaste je na příměstský tábor. Že je pozdě a všechny jsou plné? Kdepak! Volné jsou například dva pohybové tábory, které pořádá Pražačka pro děti od 4 do 6 let. Jeden stihnete ještě v červenci a druhý pak v polovině srpna. „Významnou roli v našich táborech hraje především pohyb a pobyt venku. Program je pestrý, zábavný, vedený hravou formou a je taky při způsobený věku a potřebám dětí. Jsme zvyklí pracovat i s dětmi z cizojazyčného prostředí — cizinci běžně navštěvují jak naše sportovní kroužky, tak Dětskou skupinu Pražačka, a inkluzivní přístup je proto pro nás přirozenou součástí práce,“ říká Roman Rozbroj z organizace My.Aktivity, která provozuje Rodinné a pohybové centrum Pražačka.

Jestli máte doma spíš tvořivé děti, které zajímá film, pošlete je na jeden z táborů Aeroškoly v Ambrožově 9. Najdete mezi nimi například výtvarně-filmový tábor pro předškolní děti, animační laboratoř, žižkovský tvořivý tábor nebo tábor Animo-English, kde se děti učí roz pohybovat jak film, tak svoji angličtinu. Veškeré detaily najdete na stránkách aeroskola.cz/primestaky-Praha3.

Příměstský tábor s tematikou Stranger Things nabízí Divadlo Procity. Během něj se děti naučí hereckým a pohybovým dovednostem a zlepší svou schopnost improvizace. Street dance, modernu nebo balet si děti zatančí na tanečním táboře Uility. Ta pořádá i sportovní kemp, speciální fotbalové léto a multicamp, kde si děti užijí tematické bloky inspirované populárními filmy, seriály a aktuální kulturou.

Žít to bude taky v Hasičárně na adrese K Lučinám 23. Každý čtvrtek si tu budete moci užít letní pohodu u ohně až do desíti hodin večer. Až se sem budete chystat, nezapomeňte si vzít špekáčky a kytaru s sebou. Všechny akce Uility najdete na webu ulita.cz/akce.