



## KLUB AKTIVNÍHO STÁŘÍ

**PROGRAM NA BŘEZEN 2012**

Záhřebská 15, Praha 2

**otevřeno každé pondělí až pátek od 10 do 17 hodin**

**Telefon: 725 015 300**

**Pravidelné aktivity – každý týden ve stejnou dobu**

den	hodina	program
Pondělí	10.00-11.00 <b>sudé týdny</b> <b>liché týdny</b>	<b>Jóga</b> – dýchání s AMIGOU <b>Cvičení</b> s AMIGOU  <b>Volné odpoledne</b> pro milovníky karetních her, ručních prací, povídání u kafička, atd.
úterý	14.00-16.00	<b>Zpívání při klavíru</b> s panem Antonínem
středa	7.30-8.30	<b>Hatha jóga</b> pro veřejnost do 65 let
	11.00-12.00	<b>Cvičení na židlích</b> s AMIGOU
	14.00-15.00	<b>Trénink paměti</b>
čtvrtek	dopoledne	<b>Volné dopoledne</b> pro milovníky karetních her, ručních prací, povídání u kafička, atd.
	13.00-17.00	<b>Odpoledne</b> pro milovníky šachů.
pátek	10.00-17.00	<b>Volný program</b> pro milovníky karetních her, ručních prací, povídání u kafička, atd.
sobota	10.30-11.30	<b>Angličtina pro začátečníky</b>
	<b>Programy:</b>	Za pomoc při realizaci programů děkujeme občanskému sdružení AMIGA.



## **KLUB AKTIVNÍHO STÁŘÍ**

**PROGRAM NA BŘEZEN 2012**

**Záhřebská 15, Praha 2**

**otevřeno každé pondělí až pátek od 10 do 17 hodin**

**Telefon: 725 015 300**

**Něco navíc – lahůdkový program pro radost**

<b>den</b>	<b>Hodina</b>	<b>program</b>
5.3.2012	14.00-15.00	<b>Aromaterapie</b> – Olga Hladová
8.3.2012	10.00	<b>Výtvarná dílna</b> s Jitkou (pletení košíků)
9.3.2012	14.00-15.00	<b>Lekce klasického tance</b> s AMIGOU
13.3.2012	11.00	<b>Společné vaření</b> a konzumace s profesionálním kuchařem
19.3.2012	14.00	<b>Turnaj ve stolním tenise</b>
22.3.2012	10.00	<b>Výtvarná dílna</b> s Jitkou
26.3.2012	14.00-15.00	<b>Pletení</b> s AMIGOU
29.3.2012	14.00	<b>Stolní tenis</b>
30.3.2012	11.00	<b>Vaření</b> s AMIGOU – netradiční pokrmy