

# DNEVNI CENTER AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE – Zalog, Zaloška 267

## TEDENSKI SPORED AKTIVNOSTI

(Program sofinancirata MOL in MDDSZEM)



ura	PONEDELJEK	ura	TOREK	ura	SREDA	ura	ČETRTEK	ura	PETEK
8.00 9.00	ZAPLEŠIMO V LATINO RITMIH	8.00 9.15	TELOVADBA	8.00 9.00	CHI GONG	8.00 9.00	TELOVADBA Z JERNEJEM	8.00 9.00	TELOVADBA
9.00 12.00	USTVARJALNE DELAVNICE	9.30 11.00	JOGA	9.00 12.00	BADMINTON/ NAMIZNI TENIS	9.15 10.15	ITALIJANŠČINA začetna 2	9.15 10.45	JOGA
9.30 10.30	PILATES	9.00 12.00	OD RISBE DO SLIKE	9.00 10.30	ANGLEŠČINA začetna	9.15 11.30	BADMINTON/ NAMIZNI TENIS	9.00 10.30	ANGLEŠČINA nadaljevalna
10.30 11.30	TAI CHI začetni	10.00 11.00	ITALIJANŠČINA konverzacija	9.30 13.00	TAROK	10.15 11.15	ITALIJANŠČINA nadaljevalna 1 <a href="#">GoogleMeet</a>	10.30 12.00	URJENJE SPOMINA
11.30 13.30	BADMINTON/ NAMIZNI TENIS	11.00 12.00	ITALIJANŠČINA začetna 1	10.30 12.00	ŠTRIKANJE in KVAČKANJE	11.00 12.00	ITALIJANŠČINA nadaljevalna 2 <a href="#">Zoom</a>	11.30 13.30	BADMINTON/ NAMIZNI TENIS
12.10 13.10	REFLEKSOTERAPIJA STOPAL obvezne prijave	11.00 14.30	BADMINTON/ NAMIZNI TENIS	12.00 13.00	VADBE ZA ZDRAVJE	11.30 12.30	FIT SENIOR VADBA		
		12.00 13.30	NEMŠČINA (skupina je polna)	13.00 14.00	NARAVNE METODE SAMOPOMOČI	11.30 14.30	RAČUNALNIŠTVO/ PAMETNI TELEFON obvezne prijave		

URNIK VELJA OD: 10. 1. 2023

- ODPRTO VSAK DELOVNIK od 7.00 do 15.00 oz. v času trajanja aktivnosti
- KAKO DO NAS? LPP št. 11 (postajališče Center Zalog)
- tel. št.: 082 055 177 ali 051 664 941
- e-mail naslov: [zalog@dca-ljubljana.org](mailto:zalog@dca-ljubljana.org); spletna stran: [www.dca-ljubljana.org](http://www.dca-ljubljana.org)