

| ura            | PONEDELJEK                                         | ura            | TOREK                            | ura            | SREDA                                              | ura            | ČETRTEK                                    | ura            | PETEK                            |
|----------------|----------------------------------------------------|----------------|----------------------------------|----------------|----------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------|----------------|----------------------------------|
| 8.00<br>8.50   | TELOVADBA                                          | 8.00<br>9.00   | DIHALNA JOGA                     | 8.00<br>8.50   | TELOVADBA                                          | 7.45<br>8.30   | TELOVADBA                                  | 8.00<br>8.50   | TELOVADBA                        |
| 9.00<br>10.30  | LJUDSKE VIŽE<br>petje za dušo                      | 9.10<br>10.10  | FRANCOŠČINA<br>začetna           | 9.00<br>10.00  | VADBA ZA HRBTENICO                                 | 9.00<br>10.00  | ANGLEŠČINA<br>nadaljevalna 2               | 9.15<br>10.15  | CHI GONG<br>vadba za zdravje     |
| 10.00<br>11.00 | CHI GONG                                           | 10.15<br>11.00 | NORVEŠČINA<br>obvezne prijave    | 10.00<br>11.00 | ANGLEŠČINA<br>nadaljevalna 1                       | 9.30<br>10.30  | FIT SENIOR VADBA<br>(vsakih 14 dni)        | 10.30<br>14.30 | NAMIZNI TENIS<br>obvezne prijave |
| 11.00<br>12.00 | PILATES z Marjo                                    | 11.00<br>13.00 | TAROK                            | 11.15<br>14.15 | SLIKARSTVO                                         | 10.00<br>11.00 | ANGLEŠČINA začetna<br>obvezne prijave      |                |                                  |
| 11.00<br>12.00 | FRANCOŠČINA<br>nadaljevalna                        | 11.00<br>12.00 | ITALIJANŠČINA<br>poletna         | 12.30<br>14.30 | NAMIZNI TENIS<br>obvezne prijave                   | 10.30<br>11.30 | TELOVADBA v<br>sodelovanju z MOL           |                |                                  |
| 11.00<br>14.30 | GLINA<br>(začnemo 5. 10.)                          | 11.00<br>14.30 | NAMIZNI TENIS<br>obvezne prijave | 14.45<br>15.45 | PAMETNI TELEFON<br>individualno<br>obvezne prijave | 11.00<br>12.00 | NEMŠČINA<br>za vsak dan<br>obvezne prijave |                |                                  |
| 12.00<br>14.30 | NAMIZNI TENIS<br>obvezne prijave                   |                |                                  |                |                                                    | 11.00<br>12.00 | ITALIJANŠČINA<br>z Gianluco                |                |                                  |
| 14.00<br>15.00 | TAI CHI<br>nadaljevalna skupina<br>obvezne prijave |                |                                  |                |                                                    | 12.00<br>14.30 | NAMIZNI TENIS<br>obvezne prijave           |                |                                  |
| 14.30<br>17.30 | SLIKARSTVO<br>mešane tehnike<br>(začnemo 5. 10.)   |                |                                  |                |                                                    |                |                                            |                |                                  |

- ODPRTO VSAK DELOVNIK od 7.00 do 15.00 oz. v času trajanja aktivnosti
- KAKO DO NAS? LPP št. 5 (postajališče Glonarjeva)
- tel. št.: 01 430 51 52 in 051 664 801
- e-mail naslov: [dcapovsetova@gmail.com](mailto:dcapovsetova@gmail.com); spletna stran: [www.dca-ljubljana.org](http://www.dca-ljubljana.org)

URNIK VELJA OD 18. 9. 2026

\* pridržujemo si pravico do spremembe urnika