DNEVNI CENTER AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE – Tržaška 37
Program sofinancirajo MOL, MDDSZ in MNZJU.

Mestna občina Ljubljana
REPUBLIKA SLOVENIJA MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE IN JAVNO UPRAVO
REPUBLIKA SLOVENIJA MINISTRSTVO ZA DEMOGRAFIJO, DRUŽINO IN SOCIALNE ZADEVE

ura	PONEDELJEK	ura	TOREK	ura	SREDA	ura	ČETRTEK	ura	PETEK
7.00 8.00	**NAMIZNI TENIS*** (v dvorani)	7.00 8.00	**NAMIZNI TENIS*** (v dvorani)	7.00 8.00	**NAMIZNI TENIS*** (v dvorani)	7.00 8.00	**NAMIZNI TENIS*** (v dvorani)	7.00 8.00	**NAMIZNI TENIS*** (v dvorani)
8.00 8.45	**TELOVADBA**	8.00 8.45	**TELOVADBA**	8.00 8.45	**TELOVADBA**	8.00 8.45	**TELOVADBA**	8.00 8.45	**TELOVADBA**
9.00 9.45	**TELOVADBA**	9.00 10.00	**TELOVADBA z MOL** **(obvezne prijave !! **)**	9.00 10.00	**AEROBIKA**	9.00 10.15	**JOGA ZA VSE GENERACIJE**	9.00 10.00	**TELOVADBA**
9:00 11.00	**PLETENJE IN KVAČKANJE** (mali prostor)	9.30 11.00	**ITALIJANŠČINA** – konverzacija (mali prostor)	9.00 13.15	**PAMETNI TELEFON / RAČUNALNIŠKI KOTIČEK** (prijave - računalniška soba)	10.00 11.00	**ANGLEŠKA KONVERZACIJA** (mali prostor)	9.00 10.00	**RUŠČINA – nadaljevalna** (mali prostor)
10.00 11.00	**ZDRAVILNI QIGONG 18 BUDINIH DLANI**	10.15 11.15	**PILATES**	9.15 11.15	**USTVARJALNE DELAVNICE** (mali prostor)	10.30 11.30	**VAJE IZ LOGIKE** in **URJENJE SPOMINA** II. stopnja	9.00 14.00	**TAROK** (zaprta skupina - kuhinja)
11.15 12.45	**LJUDSKO PETJE**	11.25 14.00	**RISANJE IN SLIKANJE**	10.10 11.10	**TAI CHI (nadaljevalni)**	11.30 14.30	**GRAFIČNE TEHNIKE** (mali prostor)	10.10 14.30	**TAROK 2. skupina** (mali prostor)
13.00 15.00	**DRAMSKA SKUPINA BOŽEKAKO**	14.00 15.00	**LATINO SOLO**	11.15 12.15	**SHENG ZHEN MEDITACIJA**	13.00 15.00	**UMETNOSTNA ZGODOVINA** 29. 10.	10.15 11.45	**DAO YIN JOGA**
14.30 15.30	**TEČAJ ŠPANŠČINE**			16.30 17.30	**NEMŠČINA A2/B1**	16.30 18.00	**SAHAJA JOGA**	16.30 18.00	**ZAČETNA NEMŠČINA**
15.45 17.00	**ZGODOVINA**			17.45 18.45	**NEMŠČINA B2/C1**	18.15 19.15	**ZAČETNI TAI CHI**		
17.15 18.45	**ŽENSKI PZ GENERACIJA 57**								
18.00 19.30	**DOTIK POZORNOSTI SKOZI MEDITACIJO V GIBANJU** (Zoom)								

**** PRIJAVE ZA TORKOVO TELOVADBO OB 9.00 POTEKAJO DAN PRED VADBO PO TELEFONU 051 664 842, DO ZAPOLNITVE MEST. V primeru prijave in neprihoda na telovadbo (brez odjave) se osebi vzame možnost prijave na naslednjih dveh terminih.** Neprijavljeni se vadbe lahko udeležijo samo v primeru prostih mest.

- **ODPRTO VSAK DELOVNIK od 7.00 do 15.00 oz. v času trajanja aktivnosti**
- **KAKO DO NAS? LPP št. 6 (postajališče Glince)**
- **tel. št.: 01/244 62 66 ali 051 664 842**
- **e-mail naslov: dcatrzaska@gmail.com; spletna stran: www.dca-ljubljana**

URNIK VELJA OD 17. 11. 2026
* pridržujemo si pravico do spremembe urnika

- **ODPRTO VSAK DELOVNIK od 7.00 do 15.00 oz. v času trajanja aktivnosti**
- **KAKO DO NAS? LPP št. 6 (postajališče Glince)**
- **tel. št.: 01/244 62 66 ali 051 664 842**
- **e-mail naslov: dcatrzaska@gmail.com; spletna stran: www.dca-ljubljana**

URNIK VELJA OD 17. 11. 2026
* pridržujemo si pravico do spremembe urnika