

# Přehled aktivizačních činností - JARO 2020 - AKTUALIZACE K 1. 1. 2020

## DŘEVÁK

PO	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Integrální jóga</b> (paní Richterová)
	13:00 - 14:00	<b>Zdravotní cvičení</b> (paní Příbramská)
	14:30 - 15:30	<b>Hatha jóga</b> (paní Černá/Škrdle)
	16:30 - 17:30	Malé taneční 1 x 14 dní (paní Brožová) 2. a 4. PO v měsíci
	17:30 - 18:30	Česká beseda 1 x 14 dní (paní Brožová) 2. a 4. PO v měsíci

ÚT	9:00 - 10:30	<b>Cvičení s prvky jógy</b> (pan Kořán)
	11:00 - 12:00	<b>Relaxační jóga</b> (paní Čivrná)
	12:15 - 14:15	
	14:30 - 15:30	
	15:45 - 17:45	Zkouška pěveckého souboru Květy Žákové "Seniorky Života 90"

ST	9:00 - 10:30	<b>Cvičení pro zdraví I.</b> (paní Richterová)
	10:45 - 12:15	<b>Cvičení pro zdraví II.</b> (paní Richterová)
	12:30 - 14:00	<b>Čchi-Kung a meditace I.</b> (Osm kusů brokátu) (paní Šámalová)
	14:15 - 15:45	<b>Čchi-Kung a meditace II.</b> (Osm kusů brokátu) (paní Šámalová)
	16:00 - 17:30	Divadelní spolek Nestárnoucí hvězdy Života 90

ČT	9:00 - 10:00	<b>Bříšň tance I.</b> - pokročilí (paní Brožová)
	10:15 - 11:15	<b>Bříšň tance II.</b> - začátečníci a mírně pokročilí (paní Brožová)
	11:45 - 12:45	<b>Pilates I.</b> (paní Hovorková)
	13:00 - 14:00	<b>Pilates II.</b> (paní Hovorková)
	14:30 - 16:00	Zdravotní samoobsluha (paní Vladyková) - 2. a 4. ČT v měsíci
16:00 - 19:00	Filatelisté - 1. ČT v měsíci	

PÁ	10:00 - 10:45	
	11:00 - 12:00	<b>Pilates III.</b> (paní Hovorková)
	12:15 - 13:45	
	14:00 - 15:30	

NE	14:00 - 16:00	Koncert souboru Heligonky (pan Taubler a Jícha) - 2. NE v měsíci
----	---------------	--

## UČEBNA č. 2

PO	9:00 - 10:30	<b>Angličtina pro začátečníky</b> (pan Pellar)
	10:45 - 12:15	<b>Angličtina pro středně pokročilé</b> (paní Wilhelmová)
	12:45 - 14:15	<b>Počítacový kurz - začátečníci</b> (paní Tesařová)
	14:30 - 16:00	<b>Počítacový kurz - mírně pokročilí</b> (paní Tesařová)
	17:00 - 19:00	<b>Duhový ŽIVOT 90</b> - konkrétní termíny viz Zpravodaj

ÚT	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Francouzština pokročilí - konverzace</b> (paní Fochová)
	12:45 - 14:15	<b>Francouzština pokročilí</b> (paní Fochová)
	14:30 - 16:00	<b>Angličtina pro pokročilé</b> (paní Clooney)

ST	9:00 - 10:30	<b>Angličtina konverzace</b> (pan Pellar)
	10:45 - 12:15	<b>Němčina pro pokročilé začátečníky</b> (paní Šimonovská)
	12:30 - 14:00	<b>Angličtina pro mírně pokročilé 1</b> (paní Bakalářová)
	14:15 - 15:45	<b>Angličtina pro středně pokročilé 1</b> (paní Bakalářová), 2. 3. a 4. ST
	14:15 - 15:45	Povídání o Praze (paní Štěpánová) - 2. ST v měsíci

ČT	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Němčina pro pokročilé</b> (paní Šimonovská)
	12:30 - 14:00	<b>Angličtina pro středně pokročilé 2</b> (paní Bakalářová)
	14:15 - 15:45	<b>Angličtina pro mírně pokročilé 2</b> (paní Bakalářová)

PÁ	8:30 - 10:30	<b>Počítacový kurz - Excel</b> (pan Rak)
	11:00 - 13:00	<b>Tablety a chytré telefony - začátečníci I.</b> (pan Rak)
	13:30 - 15:30	<b>Tablety a chytré telefony - začátečníci II.</b> (pan Rak)

## ATELIÉR

PO	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Arteterapie I.</b> (paní Brock)
	12:30 - 14:00	<b>Arteterapie II.</b> (paní Brock)
	14:15 - 15:45	

ÚT	9:00 - 11:00	
	12:00 - 13:30	<b>Keramika I.</b> (pan Eckert)
	13:30 - 15:00	<b>Keramika II.</b> (pan Eckert)

ST	9:00 - 11:00	<b>VÝTVARNÝ KURZ I.</b> (pan Beránek)
	11:15 - 13:15	<b>VÝTVARNÝ KURZ II.</b> (pan Beránek)
	13:30 - 15:30	<b>VÝTVARNÝ KURZ III.</b> (pan Beránek)

ČT	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	<b>Keramika III.</b> (pan Eckert)
	14:00 - 15:30	<b>Keramika IV.</b> (pan Eckert)

PÁ	8:30 - 9:45	
	10:00 - 12:00	
	12:15 - 13:45	
	14:00 - 15:30	

## REMINISCENCE

PO	9:00 - 10:30	<b>Francouzština středně pokročilí - konverzace</b> (paní Langerová)
	10:45 - 12:15	<b>Francouzština pro pokročilé - konverzace</b> (paní Langerová)
	12:30 - 13:30	<b>S NÁMI SAMI SEBOU</b> - PLÁNUJEME SPOLEČNĚ - 1. PO v měsíci
	14:00 - 15:30	

ÚT	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Italština - pokročilí + konverzace</b> (paní Vojtíšková/ paní Černá)
	12:30 - 14:00	
	14:15 - 15:45	<b>Italština středně pokročilí</b> (paní Dneboská)

ST	9:00 - 10:30	<b>Angličtina pro mírně pokročilé</b> (paní Vladyková)
	10:45 - 12:15	<b>Angličtina pro falešné začátečníky</b> (Vladyková)
	12:30 - 14:00	<b>Italština pro falešné začátečníky</b> (paní Šenšelová)
	14:15 - 15:45	

ČT	9:00 - 10:30	<b>Angličtina pro mírně pokročilé</b> (paní Fistungová)
	10:45 - 12:15	<b>Francouzština pro falešné začátečníky</b> (paní Tomanová)
	12:30 - 14:00	
	14:15 - 15:45	

PÁ	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	
	14:15 - 15:45	

## KOUTEK

PO	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	<b>Angličtina pro mírně pokročilé</b> (paní Kuchařová)
	14:15 - 15:45	<b>Angličtina pro pokročilé - konverzace</b> (paní Kuchařová)

ÚT	9:00 - 10:30	<b>Španělština pro pokročilé - konverzace</b> (paní Bartošová)
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	<b>Němčina pro mírně pokročilé 1</b>
	14:15 - 15:45	<b>Němčina pro mírně pokročilé 2</b>

ST	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Angličtina pro falešné začátečníky</b> (paní Dneboská)
	12:30 - 14:00	<b>Angličtina pro mírně pokročilé</b> (paní Strnadová)
	14:15 - 15:45	<b>Angličtina pro středně pokročilé 1</b> (paní Bakalářová) 2. ST v měsíci

ČT	9:00 - 10:30	<b>Angličtina - konverzace</b> (paní Pilná)
	10:45 - 12:15	<b>Angličtina pro mírně pokročilé - konverzace</b> (paní Bartošová)
	12:30 - 14:00	<b>Trénování paměti</b> (paní Vokrouhlíková)
	15:15 - 16:45	<b>Španělština pro mírně pokročilé</b> (pan Bernásek)

PÁ	8:45 - 10:15	<b>Agličtina pro mírně pokročilé</b> (paní Šaumanová)
	10:30 - 12:30	<b>Vzpomínky jako lék</b> - konkrétní termíny viz Zpravodaj
	12:45 - 14:15	
	14:30 - 16:00	

## KOMUNITNÍ MÍSTNOST

PO	13:30 - 15:00	Klub Kontakt (paní Městková)
----	---------------	------------------------------

### AKTUALIZACE 1/2020

Změna rozvrhu vyhrazena poskytovatelem služeb