

# Přehled aktivizačních činností - PODZIM 2020 - AKTUALIZACE K 1. 9. 2020

## DŘEVÁK

PO	9:00 - 10:30	
	10:30 - 12:00	<b>Cvičení pro zdraví 3</b> (vede Jarka Richterová)
	12:15 - 13:15	<b>Zdravotní cvičení</b> (vede Alena Příbramská / Nina Hustedová)
	14:30 - 15:30	<b>Hatha jóga</b> (vede Hana Černá a Jan 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> (vede Pavel Kořán)
	11:00 - 12:00	<b>Relaxační jóga 1</b> (vede Jana Čivrná)
	12:15 - 13:15	<b>Pilates 3</b> (vede Aranka Hovorková)
	13:30 - 14:30	<b>Relaxační jóga 2</b> (vede Jana Čivrná)
	15:30 - 17:30	Zkouška pěveckého souboru Květy Žákové "Seniorky Života 90"

ST	9:00 - 10:30	<b>Cvičení pro zdraví 1</b> (vede Jarka Richterová)
	10:45 - 12:15	<b>Cvičení pro zdraví 2</b> (vede Jarka Richterová)
	12:30 - 14:00	<b>Čchi-Kung a meditace 1</b> (Osm kusů brokáty) (vede E. M. Šámalová)
	14:15 - 15:45	<b>Čchi-Kung a meditace 2</b> (Osm kusů brokáty) (vede E. M. Šámalová)

ČT	9:00 - 10:00	<b>Bříšň tance 1</b> - pokročilí (paní Brožová)
	10:15 - 11:15	<b>Bříšň tance 2</b> - začátečníci a mírně pokročilí (paní Brožová)
	11:45 - 12:45	<b>Pilates 1</b> (paní Hovorková)
	13:00 - 14:00	<b>Pilates 2</b> (paní Hovorková)
	14:30 - 16:00	Zdravotní samoobsluha (paní Vladyková) - 2. a 4. ČT v měsíci
	16:30 - 18:00	Prožitkové dílny (paní Richterová) - 2. a 4. ČT v měsíci
16:00 - 19:00	Filatelisté - 1. ČT v měsíci	

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> (vede Jan Pellar)
	10:45 - 12:15	<b>Angličtina pro středně pokročilé</b> (vede Ludmila Wilhelmová)
	12:45 - 14:15	<b>Počítačový kurz - začátečníci</b> (vede Jaroslava Tesařová)
	14:30 - 16:00	<b>Počítačový kurz - mírně pokročilí</b> (vede Jaroslava Tesařová)
	17:00 - 19:00	Duhový ŽIVOT 90 - konkrétní termíny viz Zpravodaj

ÚT	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	
	12:45 - 14:15	
	14:30 - 16:00	

ST	9:00 - 10:30	<b>Angličtina konverzace</b> (vede Jan Pellar)
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	<b>Angličtina pro mírně pokročilé 1</b> (vede Natálie Bakalářová)
	14:15 - 15:45	<b>Angličtina pro středně pokročilé 1</b> (vede Natálie Bakalářová)
	14:15 - 15:45	Povídání o Praze (paní Štěpánová) - 2. ST v měsíci

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

PÁ	8:30 - 10:30	<b>Počítače prakticky (pro pokročilé)</b> (vede Rudolf Rak)
	11:00 - 13:00	<b>Tablety a chytré telefony 1 - začátečníci</b> (vede Rudolf Rak)
	13:30 - 15:30	<b>Tablety a chytré telefony 2 - mírně pokročilí</b> (vede Rudolf Rak)

## ATELIÉR

PO	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>ARTE kurz</b> (vede Zdenka Brock)
	12:30 - 14:00	
	14:15 - 15:45	

ÚT	9:00 - 11:00	
	12:00 - 13:30	<b>Keramika 1</b> (vede Jan Eckert)
	13:30 - 15:00	<b>Keramika 2</b> (vede Jan Eckert)

ST	9:00 - 11:00	<b>VÝTVARNÝ KURZ 1</b> (vede Libor Beránek)
	11:15 - 13:15	<b>VÝTVARNÝ KURZ 2</b> (vede Libor Beránek)
	13:30 - 15:30	<b>VÝTVARNÝ KURZ 3</b> (vede Libor Beránek)

ČT	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	<b>Keramika 3</b> (vede Jan Eckert)
	14:00 - 15:30	<b>Keramika 4</b> (vede Jan Eckert)

PÁ	8:30 - 9:45	
	10:00 - 12:00	Charitativní tvoření (vede Iveta Vavrušová) 2. a 4. pátek v měsíci
	12:15 - 13:45	
	14:00 - 15:30	

## REMINISCENCE

PO	9:00 - 10:30	<b>Francouzština středně pokročilí - konverzace</b> (vede M. Langerová)
	10:45 - 12:15	<b>Francouzština pro pokročilé - konverzace</b> (vede M. Langerová)
	12:30 - 13:30	<b>S NÁMI SAMI SEBOU - PLÁNUJEME SPOLEČNĚ</b> - 1. PO v měsíci
	12:30 - 13:30	<b>ŠIJEME PRO RADOST</b> - 3. PO v měsíci
	14:00 - 15:30	

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

ST	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	
	14:15 - 15:45	Divadelní spolek Nestárnoucí hvězdy Života 90

ČT	9:00 - 10:30	<b>Angličtina pro mírně pokročilé</b> (vede Jana Fistungová)
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	
	15:15 - 16:45	

PÁ	9:00 - 10:15	
	10:30 - 12:00	Pleteme s T. Jelinkovou - konkrétní termíny viz Zpravodaj
	12:30 - 14:00	
14:15 - 15:45		

## KOUTEK

PO	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 13:30	
	13:30 - 15:00	Klub Kontakt (vede Julie Městková)

ÚT	9:00 - 10:30	<b>Španělština pro pokročilé - konverzace</b> (vede Eva Bartošová)
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	
	14:15 - 15:45	<b>Italština pro pokročilé</b> (vede Sylva Dneboská)

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

ČT	9:00 - 10:30	<b>Angličtina - konverzace</b> (vede Marta Pilná)
	10:45 - 12:15	
	12:30 - 14:00	<b>Trénování paměti</b> (vede Kamila Vokrouhliková)
	14:15 - 15:45	<b>Angličtina pro pokročilé</b> (vede Miroslava Opekarová)

PÁ	9:15 - 10:45	<b>Angličtina pro mírně pokročilé</b> (vede Helena Šaumanová)
	11:00 - 13:00	Vzpomínky jako lék
	13:15 - 14:45	

## Růžovka

PO	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Konverzace v angličtině</b> (vede Eva Perušič)
	12:30 - 14:00	<b>Angličtina pro mírně pokročilé</b> (vede Ivana Zavadilová)
	14:15 - 15:45	<b>Angličtina pro začátečníky</b> (vede Ivana Zavadilová)
	16:00 - 18:00	Kurz kreativního psaní (vede Ivana Zavadilová) 1. a 3. PO v měsíci

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

ST	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Němčina pro pokročilé začátečníky</b> (vede Růžena Šimonovská)
	12:30 - 14:00	<b>Angličtina pro středně pokročilé</b> (vede Zdenka Strnadová)
	14:15 - 15:45	<b>Italština pro falešné začátečníky</b> (vede Julia Šenšelová)

ČT	9:00 - 10:30	
	10:45 - 12:15	<b>Angličtina pro mírně pokročilé - konverzace</b> (vede Ivanka Bartošová)
	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	