

DNEVNI CENTER AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE – RUDNIK, Pot k ribniku 3a

TEDENSKI SPORED AKTIVNOSTI

(Program sofinancirata MOL in MDDSZEM)



ura	PONEDELJEK	ura	TOREK	ura	SREDA	ura	ČETRTEK	ura	PETEK
7.30 8.00	TELOVADBA na PROSTEM	7.30 8.00	TELOVADBA na PROSTEM	7.30 8.00	TELOVADBA na PROSTEM	7.30 8.00	TELOVADBA na PROSTEM	7.30 8.00	TELOVADBA na PROSTEM
8.00 12.00	KLEPET OB KAVI	8.00 12.00	KLEPET OB KAVI	8.00 12.00	KLEPET OB KAVI	8.00 12.00	KLEPET OB KAVI	8.00 12.00	KLEPET OB KAVI
9.00 12.00	NAMIZNI TENIS	9.00 10.30	RISANJE MANDAL	8.00 9.00	JUTRANJA TELOVADBA	9.00 11.00	NAMIZNI TENIS	9.00 10.00	CHI GONG
9.00 10.00	TELOVADBA NA STOLU Zoom	9.00	POHODNIŠTVO prijave	9.00 10.00	TELOVADBA NA STOLU	9.30 11.00	INTERVALNA HOJA	9.00 13.00	NAMIZNI TENIS
10.30 12.00	NEMŠČINA ZA VSAK DAN Google Meet	10.30 12.00	LJUDSKO PETJE	9.00 10.30	RAČUNALNIŠTVO	11.00 12.00	GLASBENE URICE	10.00 13.00	TAROK
12.00 13.00	PAMETNI TELEFON (POMOČ)	9.00 12.00	NAMIZNI TENIS	10.00 11.30	JOGA			10.00 11.30	KVARTOPIRSKI KROŽEK
				11.30 14.00	NAMIZNI TENIS				
				9.00 12.00	SLIKARSTVO				

URNIK VELJA OD: 11. 11. 2022

- ODPRTO VSAK DELOVNIK od 7.00 do 15.00 oz. v času trajanja aktivnosti
- KAKO DO NAS? LPP postajališče Rakovnik (v nizki rjavi leseni stavbi za Mercatorjem, poleg balinišča in nogometnega igrišča)
- tel.št.: 051 672 006
- e-mail naslov: rudnik@dca-ljubljana.org; spletna stran: www.dca-ljubljana.org