

Rozkład listopad 2017

6,13,20,27 poniedziałek	13.30 -15.00	Kabaret – p. Małgorzata Sakowska s. 05					
6,13,20,27 poniedziałek	13.30-15.00	Brydź dla początkujących –p. Ryszard Wróblewski					
7,14,21,28 wtorek	15.00-16.30	Chór – p. Sylwia Mielczarek sala 04					
7 listopada wtorek	Godz. 9:30 zbiórka i wymarsz – Parking przy Palmiarni (Szczawienko) – czas trwania ok 4h Grupa turystyczna / Wycieczka Pogórze Wałbrzyskie						
8,15,22,29 listopada środa	12.45 – 13.30		Brydź. s.5		J. francuski Zaawansow. Sala 2		
	13.40-14.25	Komput.– grupa Internet Teresa Ziegler Początk. Sala 4	Brydź. s.5	J. hiszp.. M. Jeż pocz. Sala 7	J. franc. początkujący Sala 2 p. Wiesława Kiełebaj	Kinezyjologia – p. E.Zawalska aula	Rysunek – p. Marzena Prokopowicz 14.30 – 16.00 – 2 godziny – sala 6
	14.30-15.15	Komput.– grupa Internet Teresa Ziegler Początk. Sala 4	J. ang. Pocz. Sala 3 Karolina Korczyńska	J. hiszp.. M. Jeż Sala 7	J. niem, Sala 5 zaaw. p. I.Landzberg	Gimnastyka Aula p. K.Sznerch	J. czeski p. E. Ciświcka sala 05
	15.30-16.15	Komput.– Ziegler Sala 4	J. ang. Pocz. II Sala 3		J. niem, Sala 5 pocz. p. I.Landzberg	Gimnastyka Aula p. K.Sznerch	J. rosyjski – p. H. Kowalczyk Sala 05
	16.30-17.15	Komput.– programy użytkowe Ziegler Sala 4	J. ang – średn. Zaaw. Sala 3			Gimnastyka p. Katarzyna Sznerch	Poezja – p. Tomasz Smejliś Sala 05
	17.30 – 18.15		j. ang zaw. sala 3				
15 XI środa	17.15 – 18.00	Występ kabaretu – Terapie					
2,9,16,23,30 Czwartek	13.30 – 15.00	Rękodzieło artystyczne – sala 6			Biblioterapia 14.30 - 16.00 2 XI, 30 XI		
	15.00-16.00	Joga – Małgorzata Bryjka aula			Śmiechoterapia – 14.30 – 16.00 9 XI		
	16.00-17.00	Joga – Małgorzata Bryjka aula					
	17.05-18.35	Kinezyjologia – p. Arleta Mańka – 9,30 XI - aula					

3,10,17,24 Piątek	9.30 – 11.00	Marsz po zdrowie – p. R.Magdziarczyk
	14.00-15.00	Basen – Aqua Zdrój
4 listopada sobota	9.10 – 9.55 10.00 – 10.45	Gimnastyka - p. Małgorzata Augustyńska
	9.15 – 10.45	Plastyka - p. Takis Makandasis/ Trenig pamięci – p. Joanna Zawisz-Smejlis
	10.00 – 10.45	Tablety – T. Ziegler
	11.00-12.30	Wykład pt. „Rola tłuszczów w żywieniu” – p. J. Gębczak – dietetyk
18 listopada sobota	9.10 – 9.55 10.00 – 10.45	Gimnastyka - p. Małgorzata Augustyńska
	9.15-10.45	Klub polityczny – p. S. Warcaba
	9.30 – 10.45	Plastyka - p. Takis Makandasis
	11.00 – 12.30	Wykład – Antropologia - dr P. Dąbrowski
	12.30-14.00	Warsztaty wizażu i stylizacji p. Justyna Rucińska
25 listopada sobota	9.10 – 9.55 10.00 – 10.45	Gimnastyka - p. Małgorzata Augustyńska
	9.15 – 10.45	Plastyka - p. Takis Makandasis/Klub polityczny – p. S. Warcaba
	10.00-10.45	Tablety – T. Ziegler
	11.00-14.00	Wykład i warsztaty zdrowego żywienia – dr A. Felińczak