

## Rozkład styczeń 2017

<b>9, 16, 23, 30</b> poniedziałek	11.00 – 12.30	<b>Marsz po zdrowie w terenie – p. Roman Magdziarczyk</b>					
	13.30 – 15.00	<b>Chór – p. Joanna Kowalska /Kabaret – p. Małgorzata Sakowska</b>					
<b>10, 17, 24, 31</b> wtorek	15.00-16.00	<b>Basen i aerobik wodny - Aqua Zdrój, ul. Ratuszowa 6, Wałbrzych</b>					
	17.15 - 18.00	<b>Tai-chi - p. Grzegorz Duda - aula</b>					
<b>9 stycznia</b>	15.30 – 17.00	<b>Kinezyjologia – p. Arleta Mańka</b>					
<b>11, 18, 25</b> października  <b>środa</b>			Brydż. 12.45 – 14.15 sala 5				
	13.40-14.25	<b>Komput.–</b> grupa Internet Teresa Ziegler Początk. Sala 4		J. francuski Pocz. SALA 1			
	14.30-15.15	Komput.– grupa Internet Teresa Ziegler Początk. Sala 4	J. ang. Pocz. Sala 3 Karolina Korczyńska	J. franc. Sala 1 p. Wiesława Kiełbaj	J. niem, Sala 5 zaaw. p. I.Landzberg	Kinezyjologia – p. E.Zawalska	J. czeski p. E. Ciświcka
	15.30-16.15	Komput.– Ziegler Sala 4	J. ang. Pocz. II Sala 3	<b>Od 16.00</b> J. hiszp. M. Jeż pocz. Sala 7	J. niem, Sala 5 pocz. p. I.Landzberg	Gimnastyka Aula p. M. Augustyńska	J. rosyjski – p. H. Kowalczyk
	16.30-17.15	Komput.– programy użytkowe Ziegler Sala 4	J. ang – średn. Zaaw. Sala 3	J. hiszp. M. Jeż Sala 7	Poezja – p. Tomasz Smejliś Sala 05	Gimnastyka Małgorzata Augustyńska	
	17.30 – 18.15		j. ang zaawansowana sala 3				
<b>12, 19, 26</b> Czwartek	13.30 - 14.55	Rękodzieło artystyczne - sala 6/ <b>Tablety 13.30 – 14.15</b>		Brydż – grupa początkująca			
	15.00-16.00	Joga – Małgorzata Bryjka aula		<b>19 I 2017</b> – Rysunek – p. Marzena Prokopowicz – Sawicka, 14.45-17.00 – raz w miesiącu sala 6			
	16.00-17.00	Joga - Małgorzata Bryjka aula		<b>12 I 2017 – godz. 16.15 – 18.30 Trening pamięci</b> – 1 raz w miesiącu sala 05			
	17.05-18.35	<b>Kinezyjologia – p. Arleta Mańka –</b> <b>19 I, 26 I - aula</b>					

<b>13 stycznia</b>	<b>Wycieczka dookoła Zamkowej Góry z Podgórza</b> - zbiórka godz. 09:00 Pl. Grunwaldzki przy przystanku autobusów MZK linia nr A w kierunku Dworca Głównego <b>Odjazd - godz. 09:12 na Podgórze</b> - czas podejścia 1 godz.40 min- czerwonym i zielonym szlakiem oraz zieloną ścieżką rowerową - czas przejścia 1 godz. – czerwoną ścieżką rowerową - czas zejścia z Przełęczy Szybkiej - 30 minut – czarnym szlakiem do Kamieńska Powrót z Kamieńska autobusem MZK nr 5 lub busem do Wałbrzycha	
<b>14 stycznia sobota</b>	9.00 – 9.45	Gimnastyka - p. Małgorzata Augustyńska
	9.15 – 10.45	Plastyka - p. Takis Makandasis/Klub polityczny – p. S. Warcaba
	10.00 – 10.45	Taniec- p. Małgorzata Augustyńska
	11.00-12.30	<b>Wykład: Antropologia - dr Paweł Dąbrowski</b>
<b>20 stycznia piątek</b>	<b>Wycieczka na Jedlový Vrch 728 m n.p.m. z Sokołowska</b> - zbiórka godz. 07:40 na przystanku autobusowym nr 15 (po zmianie organizacji ruchu ) przy ul. Sikorskiego w kierunku Mieroszowa <b>- Odjazd – godz. 07:56 do Sokołowska</b> Czas podejścia - 1 godz.10 minut - zielonym szlakiem do Andrzejówki Czas przejścia – 2 godz. 55 minut - szlakami rowerowymi i niebieskim szlakiem po stronie Rep. Czech Czas zejścia z Janovicek – 1 godz. 10 min – żółtym szlakiem do Głuszycy Górnej Powrót z Głuszycy Górnej – autobusem MZK nr 5 - godz. 16:18 lub busem do Wałbrzycha	
<b>21 stycznia sobota</b>	9.00 – 9.45	Gimnastyka - p. Małgorzata Augustyńska
	9.30 – 10.45	Plastyka - p. Takis Makandasis
	10.00 – 10.45	Taniec- p. Małgorzata Augustyńska
	11.00 – 12.30	<b>Wykład Literatura – Fanfikacja czy twórczość w internecie p. dr Edyta Rudolf</b>
<b>27 stycznia piątek</b>	<b>Wycieczka do Jeleniej Góry – miasta B. Krzywoustego</b> - zbiórka godz. 08:00 – Dworzec PKP Wałbrzych Miasto <b>Odjazd – godz. 08:22 pociągiem do Jeleniej Góry</b> <b>Zwiedzanie Jeleniej Góry : Rynek , baszta w murach miasta, Ratusz , Kościół Garnizonowy , Bazylika Mniejsza Św. Erazma i Pankracego , Góra Krzywoustego z wieżą widokową "Grzybek", Muzeum Karkonoskie( cena biletu ulgowego 4 zł ) , Brama Wojanowska.</b> <b>Powrót – odjazd godz. 15:35 – pociągiem z Jeleniej Góry do Wałbrzycha</b> <b>Cena biletu normalny PKP 14,6 zł/os. w jedną stronę.</b>	
<b>28 stycznia Sobota</b>	9.00 – 9.45	Gimnastyka - p. Małgorzata Augustyńska
	9.15 – 10.45	Plastyka - p. Takis Makandasis/Klub polityczny – p. S. Warcaba
	10.00 – 10.45	Taniec- p. Małgorzata Augustyńska
	11.00-12.30	<b>Wykład: Magdalena Woch – ...</b>