

<b>ČTVRTEK</b> <b>25. 01.</b>	10.00 - 12.00 hod. Home Credit Arena	<b>Tréninkové dopoledne v Kuželně</b> Přezutí s sebou!	
<b>ČTVRTEK</b> <b>25. 01.</b>	14.00 hod. Centrální klub seniorů	<b>Herní odpoledne</b> Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
<b>PÁTEK</b> <b>26. 01.</b>	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	<b>Lehké relaxační cvičení</b> Ručník s sebou!	
<b>PÁTEK</b> <b>26. 01.</b>	08.00 hod. odjezd ze stanoviště za radnicí	<b>Frydlantská šipka</b> Zájemci se nahlásí v Centrálním klubu seniorů	
<b>PÁTEK</b> <b>26. 01.</b>	10.00 hod. bílá a zelená klubovna, 5. patro	<b>Hector Berlioz Faustovo prokletí</b> Povídání o opeře v Divadelní kavárně	
<b>PÁTEK</b> <b>26. 01.</b>	11.00 hod. sál - suterén	<b>Cvičení na židlích</b>	
<b>PONDĚLÍ</b> <b>29. 01.</b>	10.30 hod. Centrální klub seniorů	<b>Klub šikovných rukou</b> s Květou Josiekovou	
<b>ÚTERÝ</b> <b>30. 01.</b>	09.10 hod. Terminál MHD, autobus č. 21	<b>Výlet s klubem „Šlapeto“</b> Směr Králův háj, Školní, Kunratická, Vratislavice	
<b>STŘEDA</b> <b>31. 01.</b>	14.00 hod. Centrální klub seniorů	<b>Autorské čtení</b> se Zuzanou Hubeňákovou	

# CENTRÁLNÍ KLUB SENIORŮ

*již 10 let*



**KOMUNITNÍ  
STŘEDISKO  
KONTAKT**





## PROGRAM LEDEN 2018

Palachova 504/7, 460 01 Liberec 1, e-mail: klub@ksk.liberec.cz  
**tel.: 485 244 992**  
[www.ksk-liberec.cz](http://www.ksk-liberec.cz)

**PROVOZNÍ DOBA:**  
po - čt 10 - 17 hod.  
pá 10 - 14 hod.

Účastníci akcí souhlasí s pořízením zvukového a obrazového záznamu, který může být využit Komunitním střediskem Kontakt Liberec, p. o. pro účely prezentace akcí či aktivit přímo souvisejících.

<b>ÚTERÝ</b> <b>02. 01.</b>	09.15 hod. Terminál MHD, autobus č. 24	<b>Výlet s klubem Šlapeto</b> Směr Jeřmanická, Zelené údolí a Broumovská	
<b>ČTVRTEK</b> <b>04. 01.</b>	13.00 hod. Centrální klub seniorů	<b>Herní odpoledne</b> Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
<b>PÁTEK</b> <b>05. 01.</b>	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	<b>Lehké relaxační cvičení</b> Ručník s sebou!	
<b>PÁTEK</b> <b>05. 01.</b>	11.00 hod. sál - suterén	<b>Cvičení na židlích</b>	
<b>SOBOTA</b> <b>06. 01.</b>	17.00 hod. obřadní síň liberecké radnice	<b>Tříkrálový varhanní koncert</b>	
<b>ÚTERÝ</b> <b>09. 01.</b>	09.20 hod. Terminál MHD, autobus č. 24	<b>Výlet s klubem „Šlapeto“</b> Směr Pavlovice křižovatka, Kaufland, cyklostezka	

ÚTERÝ 09. 01.	14.00 hod. Centrální klub seniorů	Hudební odpoledne s harmonikou Tradiční posezení s živou hudbou		STŘEDA 17. 01.	15.00 hod. bílá klubovna, 5. patro	Zdravotnictví v Libereckém kraji Beseda s MUDr. Přemyslem Sobotkou	
STŘEDA 10. 01.	15.00 hod. Centrální klub seniorů	Letem světem Rosomáci - přízraky severu Naučný přírodopisný seriál		ČTVRTEK 18. 01.	14.00 hod. Centrální klub seniorů	Herní odpoledne Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
ČTVRTEK 11. 01.	10.00 - 12.00 hod. Home Credit Arena	Tréninkové dopoledne v Kuželně Přezutí s sebou!		PÁTEK 19. 01.	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	Lehké relaxační cvičení Ručník s sebou!	
ČTVRTEK 11. 01.	13.00 hod. Centrální klub seniorů	Herní odpoledne Pravidelné zápolení ve společenských hrách		PÁTEK 19. 01.	11.00 hod. sál - suterén	Cvičení na židlích	
PÁTEK 12. 01.	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	Lehké relaxační cvičení Ručník s sebou!		PÁTEK 19. 01.	10.00 - 14.00 hod. Centrální klub seniorů	Uzávěrka přihlášek na turnaj Frýdlantská šipka, startovné 50,-Kč.	
PÁTEK 12. 01.	11.00 hod. sál - suterén	Cvičení na židlích		PONDĚLÍ 22. 01.	15.00 hod. Centrální klub seniorů	Národní divadlo Beseda s Alenou Šukovou	
PONDĚLÍ 15. 01.	10.30 hod. Centrální klub seniorů	Klub šikovných rukou s Květou Josiekovou		ÚTERÝ 23. 01.	09.10 hod. Terminál MHD, autobus č. 16	Výlet s klubem „Šlapeto“ Směr Slévárna, letiště, Letka	
ÚTERÝ 16. 01.	09.15 hod. Terminál MHD, tramvaj č. 11	Výlet s klubem „Šlapeto“ Směr Vratislavice kostel, procházka kolem Vratislavic		ÚTERÝ 23. 01.	14.00 hod. Centrální klub seniorů	Hudební odpoledne s harmonikou Tradiční posezení s živou hudbou	
ÚTERÝ 16. 01.	14.00 hod. Centrální klub seniorů	Edith Piaf Povídání o baletně-tanečním vystoupení se Zdenou Marešovou		STŘEDA 24. 01.	15.00 hod. Centrální klub seniorů	Letem světem Pumy – nesmiřitelní samotáři Naučný přírodopisný seriál	