

PÁTEK 22. 03.	11.00 hod. sál - suterén	Cvičení na židlích	
PÁTEK 22. 03.	13.00 hod. sál - suterén	Otevřená hodina jógy akce spojená s projektem Seniořem s radostí	
PONDĚLÍ 25. 03.	15.00 hod. Centrální klub seniorů	Coco Chanel Beseda s Alenou Šukovou	
ÚTERÝ 26. 03.	09.28 hod. Terminál MHD, autobus č. 18	Výlet s klubem „Šlapeto“ směr Blanická, kaplička, koupaliště, Jezírko	
ČTVRTEK 28. 03.	10.00 - 12.00 h. Home Credit Aréna	Tréninkové dopoledne v kuželně (přezutí s sebou, vstup možný na předem zakoupenou permanentku)	
ČTVRTEK 28. 03.	16.00 hod. Předlánce	Jarní hop – řemesla startovné ve výši 50 Kč je možno uhradit v Centrálním klubu seniorů	
PÁTEK 29. 03.	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	Lehké relaxační cvičení ručník s sebou!	
PÁTEK 29. 03.	10.00 hod. Bílá klubovna, 5. patro	Leoš Janáček Káťa Kabanová povídání o opeře v Divadelní kavárně	
PÁTEK 29. 03.	11.00 hod. sál - suterén	Cvičení na židlích	
PÁTEK 29. 03.	13.00 hod. 14.00 hod. sál - suterén	Otevřená hodina jógy akce spojená s projektem Seniořem s radostí	

CENTRÁLNÍ KLUB SENIORŮ

již 10 let



KOMUNITNÍ
STŘEDISKO
KONTAKT

PROGRAM BŘEZEN 2019

Palachova 504/7, 460 01 Liberec 1

tel.: 485 244 992

www.ksk-liberec.cz

e-mail: klub@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.

PÁTEK 01. 03.	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	Lehké relaxační cvičení ručník s sebou!	
PÁTEK 01. 03.	11.00 hod. sál - suterén	Cvičení na židlích	
PÁTEK 01. 03.	13.00 hod. sál - suterén	Otevřená hodina jógy akce spojená s projektem Seniořem s radostí	
ÚTERÝ 05. 03.	09.15 hod. Terminál MHD, autobus č. 24	Výlet s klubem „Šlapeto“ směr Jeřmanická, Vesecký rybník, Vratislavice	
ÚTERÝ 05. 03.	14.00 hod. Centrální klub seniorů	Hudební odpoledne s harmonikou tradiční posezení s živou hudbou	
STŘEDA 06. 03.	15.00 hod. Centrální klub seniorů	Budování říše Rusko, Byzantská říše Promítání dokumentu	

STŘEDA 06. 03.	14.00 hod. Velký sál, Lidové sady	XII. Seniorské šibřinky vstupenky ve výši 70 Kč je možné zakoupit v CKS	
ČTVRTEK 07. 03.	13.00 hod. Centrální klub seniorů	Herní odpoledne pravidelné zápolení ve společenských hrách	
ČTVRTEK 07. 03.	16.00 hod. Obřadní síň liberecké radnice	Předjarní koncert Místenky je možno vyzvednout v CKS.	
PÁTEK 08. 03.	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	Lehké relaxační cvičení ručník s sebou!	
PÁTEK 08. 03.	11.00 hod. sál - suterén	Cvičení na židlích	
PÁTEK 08. 03.	13.00 hod. sál - suterén	Otevřená hodina jógy akce spojená s projektem Seniozem s radostí	
ÚTERÝ 12. 03.	09.30 hod. Terminál MHD, tramvaj č. 11	Výlet s klubem „Šlapeto“ směr Vratislavice Kostel, Kunratická, Králův háj	
STŘEDA 13. 03.	13.30 hod. sál - suterén	Jarní turnaj v šipkách	
ČTVRTEK 14. 03.	10.00 - 12.00 h. Home Credit Aréna	Tréninkové dopoledne v kuželně (přezutí s sebou, vstup možný na předem zakoupenou permanentku)	
ČTVRTEK 14. 03.	13.00 hod. Centrální klub seniorů	Herní odpoledne pravidelné zápolení ve společenských hrách	

PÁTEK 15. 03.	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	Lehké relaxační cvičení ručník s sebou!	
PÁTEK 15. 03.	09.00 hod. Home Credit Aréna	XII. Liberecká kuželka (startovné 50 Kč je třeba uhradit předem v CKS)	
PÁTEK 15. 03.	11.00 hod. sál - suterén	Cvičení na židlích	
PÁTEK 15. 03.	13.00 hod. sál - suterén	Otevřená hodina jógy akce spojená s projektem Seniozem s radostí	
PONDĚLÍ 18. 03.	14.00 hod. Centrální klub seniorů	Cestománie, aneb prstem po mapě Gruzie s Mgr. Davidem Knoblochem	
ÚTERÝ 19. 03.	09.19 hod. Terminál MHD, autobus č. 12	Výlet s klubem „Šlapeto“ směr Polní, Kaufland, Cyklostezka, Fügnerova	
ÚTERÝ 19. 03.	14.00 hod. Centrální klub seniorů	Hudební odpoledne s harmonikou tradiční posezení s živou hudbou	
STŘEDA 20. 03.	15.00 hod. Centrální klub seniorů	Knižní kultura ve třetím tisíciletí výroba knih a distribuce od A do Z beseda s Mgr. Václavem Kotrmanem, Ph.D.,	
ČTVRTEK 21. 03.	13.00 hod. Centrální klub seniorů	Herní odpoledne pravidelné zápolení ve společenských hrách	
PÁTEK 22. 03.	08.00 hod. 09.00 hod. 10.00 hod. sál - suterén	Lehké relaxační cvičení ručník s sebou!	