

## חוגי מועדון הגמלאים ובית הגמלאי - 2023

יום	בית הגמלאי אגף ישן	בית הגמלאי אגף חדש	הבית הסגול חדר אמנות	סטודיו בית התרבות	כותר פיס אולם ג'ודו
ראשון	8:00-10:00 <b>שיחה באנגלית</b> אנה, חדר מחשבים 19:15-20:30 <b>ריקודים סלוניים</b> אסתר	8:00-8:45 פילטיס מתקדמים רימה 9:00-9:45 פילטיס רימה 10:00-10:45 פילטיס רימה 11:00-11:45 פילטיס רימה 18:00-19:00 <b>הרצאה</b>	10:30-12:30 <b>קרמיקה</b> דלית מתחילים	9:00-9:45 ריו דליה 10:00-10:45 זומבה דליה	8:00-8:45 פילטיס תאיר 9:00-9:45 פילטיס תאיר 10:00-10:45 פלדנקרייז דניאלה
שני	8:00-8:45 פיזיותרפיה הילה, אולם 10:00-12:00 <b>חרוזים</b> ברוריה, ח' מחשבים 11:00-11:45 <b>אנגלית</b> סילביה, ספריה 11:00-12:30 <b>נגיעות אמנות</b> כלנית, אולם 16:00-17:30 <b>נגיעות אמנות</b> כלנית, אולם 17:30-19:00 <b>נגיעות אמנות</b> כלנית, אולם	7:30-8:15 פילטיס רלי 8:30-9:15 פילטיס רלי 9:30-10:15 פילטיס רלי 10:30-11:15 פילטיס רלי <b>בשילוב כסאות</b>	9:00-11:00 <b>קרמיקה</b> דבורה 11:00-13:00 <b>קרמיקה</b> דבורה	9:00-9:45 תנועה אירובית דולי	8:00-8:45 התעמלות דליה 9:00-9:45 התעמלות דליה 10:00-10:45 פילטיס רימה נשים בלבד
שלישי	9:00-10:00 <b>שיחה באנגלית</b> אנה, חדר מחשבים 9:00-12:00 <b>ברידג' מתקדמים</b> ללא הדרכה, אולם	7:00-8:00 יוגה לילי, אולם 8:15-9:00 פילטיס מתקדמים רימה 9:15-10:00 פילטיס רימה 10:15-11:00 פילטיס רימה 11:00-11:45 פילטיס רימה 16:00-17:00 יוגה לילי, אולם 17:30-19:00 <b>מקהלה</b> , ריקי, אולם	8:45-10:45 <b>ציור</b> שלמה 10:45-12:45 <b>ציור</b> שלמה		9:00-9:45 פלדנקרייז דניאלה
רביעי	10:30-12:00 <b>נגיעות אמנות</b> כלנית, אולם 11:00-13:00 <b>ברידג' מתחילים</b> שרה	9:00-11:00 <b>ברידג' מתקדמים</b> שרה 17:00-18:00 <b>ריקודי עם</b> רונית	8:30-10:30 <b>קרמיקה</b> אורנה 10:30-12:30 <b>קרמיקה</b> אורנה	8:00-8:45 זומבה דליה 9:00-9:45 זומבה דליה	9:00-9:45 פלדנקרייז אביה 10:00-10:45 פלדנקרייז אביה
חמישי	8:00-8:45 פיזיותרפיה הילה, אולם 9:00-9:45 <b>צ'י קונג</b> מוטי, אולם 9:00-9:45 <b>אנגלית</b> חנה שי ח' מחשבים 9:00-10:00 <b>תנ"ך</b> הרב סתיו, אולם 10:00-11:30 <b>סדנת פורצלן</b> כלנית ח' מח'	7:00-7:45 <b>בונה עצם</b> זוהר 8:00-8:45 <b>בונה עצם</b> זוהר 9:00-9:45 <b>בונה עצם</b> זוהר 10:00-10:45 <b>בונה עצם</b> זוהר 11:00-11:45 <b>בונה עצם</b> זוהר	8:15-10:15 <b>קרמיקה מתחילים</b> דפנה 10:30-13:00 <b>ציור</b> שלמה		8:00-8:45 פילטיס רימה 9:00-9:45 פילטיס רימה 10:00-10:45 פלדנקרייז אביה

**באדום:** חוגי בית הגמלאי בשחור: חוגי התעמלות מועדון הגמלאים **בכחול:** חוגי אמנות מועדון הגמלאים  
**בירוק – חוגי תרבות מועדון הגמלאים ובית הגמלאי.**