

Program Centra pomoci na mesiac JÚN 2026

Názov kurzu	Dátum	Čas	Text
Nordic walking	Pondelok	14:30 - 16:30	okrem 8.6.
	Streda	9:00 - 12:00	okrem 10.6.
Pilates	Utorok	9:00 - 10:00	okrem 9.6.
		10:00 - 11:00	okrem 9.6.
Plávanie	Utorok	8:00 - 9:00	
Cvičenie s fitloptou	1.6., 8.6. a 15.6.	15:30 - 16:30	
Jóga	Streda	16:30 - 18:00	
Cvičenie Zdravý chrbát	26.6.	10:30 - 11:30	
Paličkovanie s p. Vítkovou	Utorok	14:00 - 16:00	
Spoločenské hry s Dominikou	Pondelok	10:00 - 12:00	
Výroba mydielok s Erikou	18.6.	10:00 - 12:00	
Papierové pletenie - košík s Klaudiou	10.6.	16:00 - 18:00	
Kvetinková dekorácia z juty s Dankou	4.6.	10:00 - 12:00	
Quilling - vôňa citrusov s Evičkou	8.6.	16:30 - 18:30	