

Programma

jan - maart 2022



MAANDAG

8.00 - 12.00 biljart maandagochtend
9.30 - 12.00 koersbal 1 GZ
12.00 - 16.00 biljart maandagmiddag
13.30 - 15.30 SeniorWeb foto bewerken gevorderden
13.30 - 16.00 koersbal 2 GZ
14.30 - 15.30 stoelyoga BZ
18.45 - 19.45 hatha yoga Wilskracht BZ
20.00 - 21.00 hatha yoga Wilskracht BZ

DINSDAG

8.00 - 12.00 biljarten dinsdag
8.30 - 10.00 ATAL bloedprikken
9.30 - 10.30 tai chi voor 65+ Chiatsurei
9.30 - 13.00 SeniorWeb inloop pc- en tablethulp op afspraak
10.00 - 12.00 schilderclub Monet GZ
10.30 - 12.30 literatuurgroep, 1^e dinsdag van de maand BZ
12.45 - 13.45 koor
14.00 - 16.00 schilderclub Klas van 95 GZ
14.00 - 16.00 schaken BZ
14.00 - 16.00 biljart
20.00 - 21.15 yoga - EnjoYoga BZ

T/m vrijdag 14 januari vinden er ivm de nu geldende maatregelen bij SamenMeer geen activiteiten plaats

WOENSDAG

7.00 - 9.00 zwemmen 1 uit & thuis
Noorderparkbad
~~8.00 - 10.00 zwemmen 2 uit & thuis~~
Noorderparkbad
9.00 - 10.00 critical alignment yoga 3 GZ
10.15 - 11.15 critical alignment yoga 4 GZ
12.00 - 16.00 vrij biljarten
13.00 - 16.30 bridge GZ
13.00 - 15.30 SeniorWeb thema, laatste woensdagmiddag/maand
20.00 - 21.00 tai chi gevorderden Chiatsurei

DONDERDAG

8.00 - 12.00 biljarten donderdag
8.30 - 10.00 ATAL bloedprikken
10.00 - 12.00 sportinstuif 50+ in Sporthal ICL
10.30 - 11.30 bewegen voor mensen met chronische pijnklachten
10.30 - 12.00 koffieochtend GZ
10.30 - 12.30 creatieve club CZ
13.00 - 13.30 gymnastiek o.l.v. fysiotherapeut BZ
14.00 - 16.00 kienen (let op: ONEVEN weken)
14.00 - 16.00 tekenclub Art Group Focus CZ
20.00 - 21.15 yoga/qi gong Wilskracht GZ
20.00 - 21.15 yoga - EnjoYoga BZ

VRIJDAG

8.00 - 12.00 biljarten vrijdag
10.00 - 12.00 schilderclub Tuindorp BZ
10.00 - 12.00 culturele club 1, oneven weken GZ
10.00 - 12.00 culturele club 2, even weken GZ
10.45 - 12.15 boodschappenbus naar de markt
12.30 - 13.45 countryline dansen GZ
13.30 - 15.30 creatieve inloopmiddag BZ
14.00 - 16.00 Wijzer Landsmeer, open culturele middagen, 1^e vrijdag van de maand GZ

ZATERDAG

9.00 - 10.00 critical alignment yoga 1
10.15 - 11.15 critical alignment yoga 2

ZONDAG

12.00 - 15.00 zondagslunch ± tweemaandelijks

GZ = grote zaal

BZ = bewegingszaal

CZ = cursuszaal

SamenMeer

organiseert activiteiten voor inwoners van Landsmeer van 55 jaar en ouder. Het programma is gericht op recreatie, informatie, preventie en mobiliteit.

Bovenal is SamenMeer een plek waar mensen elkaar ontmoeten. Voor het bezoeken van de vele cursussen of clubs of alleen voor een kop koffie en een gesprek.

Daarnaast is SamenMeer een ontmoetingsplek voor de talrijke vrijwilligers die onze organisatie draaiende houden. In alle gevallen ontmoet je andere inwoners van Landsmeer.

**Gewoon bij SamenMeer
in Landsmeer!**

SamenMeer

Dr. M.L. Kingstraat 2b

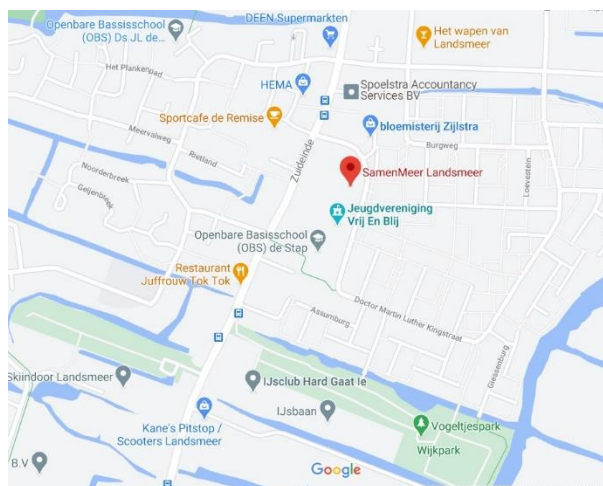
1121 CP Landsmeer

020 482 41 90

www.samenmeerlandsmeer.nl

email:

info@samenmeerlandsmeer.nl



SAMENMEER

Inloop en activiteiten voor ouder Landsmeer

Programma jan - maart 2022

SamenMeer Landsmeer



SAMENMEER

Inloop en activiteiten voor ouder Landsmeer