

Programma

1^e kwartaal 2024



MAANDAG

- 9.00 - 12.00 biljart maandagochtend
- 10.00 - 12.00 koersbal 1 GZ
- 13.30 - 15.30 SeniorWeb foto bewerken
- 14.30 - 15.30 stoelyoga GZ
- 18.45 - 19.45 hatha yoga Wilskracht BZ
- 20.00 - 21.00 hatha yoga Wilskracht BZ
- 19.30 - 21.30 Kijken naar Kunst BZ tot 4-3

DINSDAG

- 8.00 - 12.00 biljarten dinsdag
- 8.00 - 10.00 ATAL bloedprikken
- 9.30 - 13.00 SeniorWeb inloop pc- en
tablethulp op afspraak
- 9.30 - 10.30 tai chi voor 65+ Chiatsurei
- 10.00 - 12.00 schilderclub Monet GZ
- 10.45 - 11.45 tai chi Chiatsurei
- 12.30 - 13.30 koor BZ
- 14.00 - 16.00 SeniorWeb thema, eerste
dinsdag vd maand BZ
- 14.00 - 16.00 schilderclub Palet GZ
- 14.00 - 16.00 schaken BZ
- 14.00 - 16.00 biljart
- 20.00 - 21.15 yoga - EnjoYoga GZ

WOENSDAG

- 7.00 - 9.00 zwemmen uit & thuis
Noorderparkbad
- 9.00 - 10.00 critical alignment yoga 3 GZ
- 10.15 - 11.15 critical alignment yoga 4 GZ
- 11.30 - 12.30 critical alignment yoga 5 GZ
- 12.30 - 16.00 vrij biljarten
- 13.00 - 16.30 bridge GZ
- 19.30 - 21.30 Kijken naar Kunst BZ tot 7-2
- 20.00 - 21.00 tai chi gevorderden Chiatsurei

DONDERDAG

- 8.00 - 12.00 biljarten donderdag
- 8.00 - 10.00 ATAL bloedprikken
- 10.00 - 12.00 sportinstuif 50+ in Sporthal ICL
- 10.30 - 11.30 Dansen voor iedereen BZ
- 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 Kijken naar Kunst BZ tot 8-2
- 14.00 - 16.00 kienen (ONEVEN weken)
start 1 feb GZ
- 20.00 - 21.15 yoga/qi gong Wilskracht GZ

VRIJDAG

- 9.00 - 12.00 biljarten vrijdag
- 10.00 - 12.00 culturele club 1, oneven weken
BZ
- 10.00 - 12.00 culturele club 2, even weken
BZ
- 10.45 - 12.15 boodschappenbus naar de
markt
- 12.45 - 14.00 countryline dansen GZ
- 13.30 - 15.30 creatieve inloopmiddag BZ
- 15.00 - 17.00 Wijzer Landsmeer, open
culturele middag, 2 en 16 feb
en 1 en 15 maart, zie boekje
- 19.00 - 20.00 Salsa beginners niveau 1 GZ
- 20.00 - 21.00 Salsa beginners niveau 2 GZ

ZATERDAG

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

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

Inloop en activiteiten voor ouder Landsmeer

SamenMeer

Dr. M.L. Kingstraat 2b

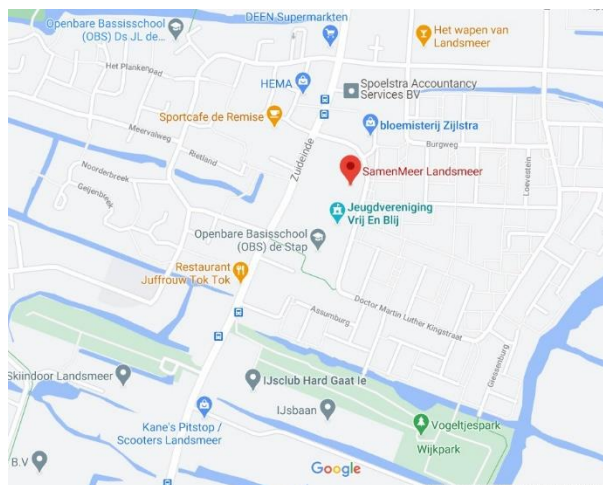
1121 CP Landsmeer

020 482 41 90

www.samenmeerlandsmeer.nl

email:

info@samenmeerlandsmeer.nl



SAMENMEER

Inloop en activiteiten voor ouder Landsmeer

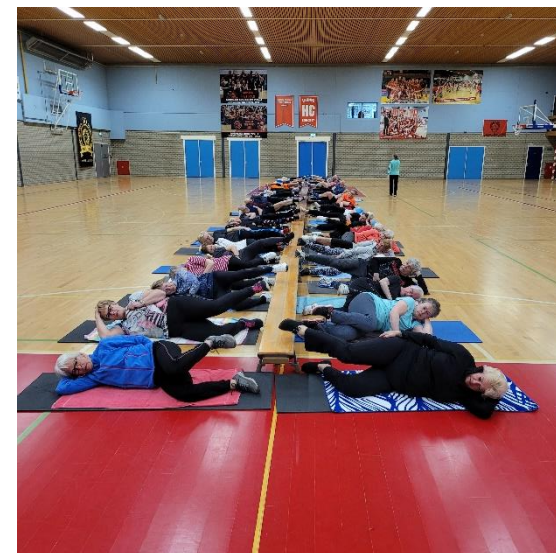
Programma

1^e kwartaal

2024

SamenMeer

Landsmeer



SAMENMEER

Inloop en activiteiten voor ouder Landsmeer