

מועדון 60 צל הים

תכנית אולסט 2023

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי
08:30 ספרדית שנה ב' 10:30 ספרדית למתחילים סילביה ניסים	08:00 צ'י קונג צביקה שמילוביץ' יתחדש ב 4/9/23	09:25 העצמה מתקדמים ליזי זומר 5.9	09:00 החל מה 6/9 ספרדית מהבסיס סילביה ניסים	08:30,11:15 קרמיקה, קדרות סיון שפנר 8:00 תשבצי הגיון 7.9
	09:00 תשבצי הגיון רוחלה כץ	11:00 סדנת העצמה מהבסיס החל מ 5.9		8:15, 9:15 התעמלות לחיזוק ובניית הגוף נטע צרפתי
09:50-13:50 איטלקית מדוברת חני שניצלר (יתחדש אחרי החגים)	09:30-11:00 11:00-12:30 החל מה- 16/10 סדנאות לפיסול באמצעות חוטי ברזל עדי רז	10:30 חוזר ב- 5/9 מפגשי תנ"ך כאקטואליה חנה יניב	10:00 החל מה- 6/9 ברידג' מהבסיס ג'ו טל	9:00(קבוצות סגורות) אנגלית מדוברת ג'וסן קורן 11:30 שיח באנגלית מרגו לפידות
		12:00 Body bliss ירונה פרידמן יתחדש ב 5.9		10:30 ספרדית מתחילים + סילביה ניסים
10:30 התעמלות לחיזוק ובניית הגוף נטע צרפתי	10:15 משחק ברידג' חופשי		11:15, 10:00 גולדן פלדנקרייז ירונה פרידמן	10:30 גולדן פלדנקרייז 11:30 גולדן פילאטיס
12:00 שיח באנגלית מרגו לפידות, (קבוצה סגורה) חוזרים ב 3/9	11:30, 10:30 גולדן פלדנקרייז ירונה פרידמן 12:30 גולדן פילאטיס ירונה פרידמן	12:15 ספרדית מתקדמים, 13:45 ספרדית מתקדמים+ דבי יוסף יתחדש ב-5.9	12:30 שיעור ציור הילל צהנווריט יתחדש ב 6/9	14/9 10:00 חשיפה-סדנת מדיטציה ומיינדפולס,אורלי קורן
				16:00 ברידג' רמה בינונית ג'ו טל
16:45 צרפתית דניז נייטס חוזרים 3/9	12:30 שיח נשים(אחת לשבועיים) רוחלה כץ חוזרים 4/9	17:00 שיעור ציור הילל צהנווריט יתחדש ב 5/9	15:30 ברידג' מודרך למתקדמים+ ג'ו טל	18:00 ריקודי שורות לטיניים צחי יוסיפון חוזרים 7/9
	16:00-18:30 "צוזאמן" קבוצות שיח ביידיש מנחה: ברכה שטדלר	גינה קהילתית 17:00-18:30	17:45 מקהלת שירת הים קרני חלאבין וציפי בן שפר 30/8	18:30 פרלמנט גברים דויד רג'ואן

הוצאות אולסט 2023

ההרשמה לשנה החדשה החלה!!!

ספרדית למתחילים מהבסיס

עם סילביה ניסים- ימי ד' מה-6/9 בשעה 09:00 .

*** ברידג' מההתחלה עם ג'ו טל פתיחה יום ד' 6/9 10:00 .**

סדנת אינטליגנציה רגשית-החל מיום ג' ה 5/9/23 11:00

בסדנה כלים להתמודדות עם חיי היום יום: כעסים, חרדות, תכונות האופי, תקשורת, עם בני המשפחה, מיצוי אישי וטכניקות פתרון בעיות.

במה לכל אדם

סדנה לתיאטרון אימפרוביזציה ופלייבק (משחק מהחיים) תיפתח

לאחר החגים ביום חמישי ה 12/10 בין השעות 10:00-12:00.

**** סדנת מבוא למדיטציה ומיינדפולנס-חשיפה 14/9 10:00**

סדנה בהנחיית אורלי קורן עובדת סוציאלית ומנחת קבוצות,

פתיחת הסדנה יום ה' ה 12/10/23 בשעה 10:00.

"סדנאות "פיסול באמצעות כיפוף חוטי ברזל" -

שעה וחצי של יצירה ורגיעה אחת לשבוע בימי ב' 09:30, וב-11:00.

8 מפגשים ולמידה של טכניקות כיפוף ברזל עם עדי רז רוטמן,

בכל מפגש נסיים עם תוצר של פסל ייחודי חדש.

הסדנאות יפתחו ביום ב' ה- 16/10/23 .

**שימו לב- בין ה 13-18/8/23 מרכז תאו סגור לפעילויות.

לחולאים בחודש אולסט  יום הולדת שמח!!!



נשמח לראותכם!!

לפעילויות סדנאות ומופעים בתאו היכנסו ללינק:

www.teo.org.il

בברכה

מועדון "60 על הים"

מרכז תאו, רחוב וינגייט 168

טלפון: 09-9778804

אימייל: 60alhayam@gmail.com