

Programma
2^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
- 15.30 - 16.30 Gespreksgroep Verlies, 29 april en 13 mei
- 18.45 - 19.45 hatha yoga Wilskracht BZ
- 20.00 - 21.00 hatha yoga Wilskracht BZ

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 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
- 14.00 - 16.00 Filosofie van emoties (16 april)
- 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
- 14.30 - 15.30 Appeltaartconcert, 27 juni
- 14.00 - 16.00 kienen (ONEVEN weken)
- 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, 19 april en 3
en 17 mei, 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

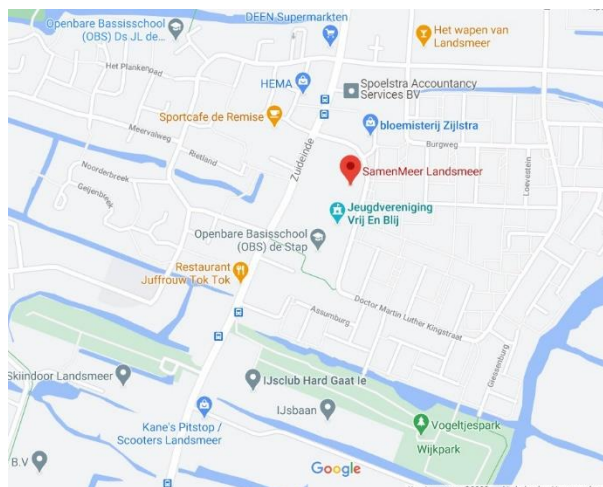
1121 CP Landsmeer

020 482 41 90

www.samenmeerlandsmeer.nl

email:

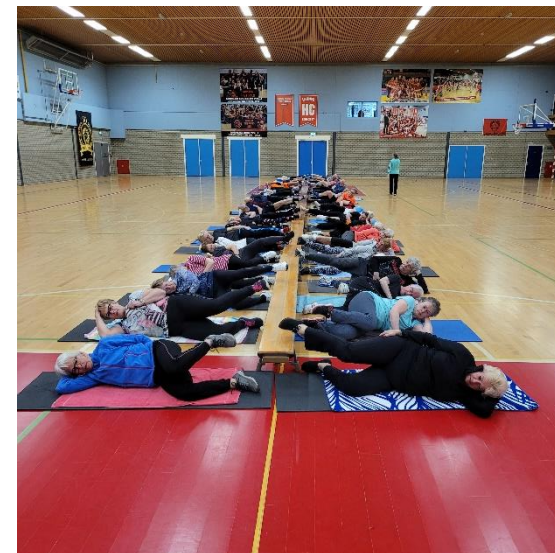
info@samenmeerlandsmeer.nl



SAMENMEER

Inloop en activiteiten voor ouder Landsmeer

Programma 2^e kwartaal 2024 SamenMeer Landsmeer



SAMENMEER

Inloop en activiteiten voor ouder Landsmeer