

Čtvrtek 11. 11.	10.00 hodin Kuželna Tipsport arena	Tréninkové dopoledne v Kuželně	
Čtvrtek 11. 11.	13.30 hodin Klub seniorů	Herní odpoledne s Vlastou	
Pátek 12. 11.	8.30, 9.30, 10.30 hodin Sál - suterén	Lehké relaxační cvičení s Vlastou a Natašou	
Pátek 12. 11.	15.00 hodin Sál – suterén	Tančíme v každém věku s Natašou Tonkovou	
Pondělí 15. 11.	10.30 hodin Klub seniorů	Klub šikovných rukou	
Pondělí 15. 11.	15.00 hodin Klub seniorů	Beseda s Annou Sadílkovou Téma: český cestovatel a fotograf Enrique Stanko Vráz	
Úterý 16. 11.	9.38 hodin Autobus č. 12 Stanoviště č. 3	Výlet s p. René Kucem Směr Broumovská ulice do stanice Ševčíkova. Trasa vede kolem Rochlického nádraží do ulice Mostecká na autobus. Trasa je dlouhá 3 km.	
Úterý 16. 11.	14.00 hodin Klub seniorů	Hudební odpoledne s M. Hadravou a J. Klímou Tradiční odpolední posezení s živou hudbou	
Čtvrtek 18. 11.	13.30 hodin Klub seniorů	Herní odpoledne s Vlastou	
Pátek 19. 11.	8.30, 9.30, 10.30 hodin Sál - suterén	Lehké relaxační cvičení s Vlastou a Natašou	
Pátek 19. 11.	10.00 hodin Klubovna v 5. Patře	Povídání o opeře v divadelní kavárně s Ninou Vaňkovou na téma: Turandot – beseda k Pucciniho opeře	
Pátek 19. 11.	15.00 hodin Sál – suterén	Tančíme v každém věku s Natašou Tonkovou	

Pondělí 22. 11.	9.00 hodin Sál - suterén	Turnaj v šipkách o cenu „přátelství“ Zájemci se mohou přihlásit do úterý 16. 11. 2010 na recepci v Klubu seniorů ve 3. patře v Palachově ulici.	
Pondělí 22. 11.	10.30 hodin Klub seniorů	Klub šikovných rukou	
Úterý 23. 11.	9.20 hodin Autobus č. 16 Stanoviště č. 2	Výlet s panem René Kucem Směr Ostašov – škola. Trasa vede Křížanskou a Jokutskou ulicí do Horního Hanychova ke kostelu na tramvajovou zastávku. Trasa je dlouhá 3 km.	
Čtvrtek 25. 11.	10.00 hodin Kučelna Tipsport arena	Tréninkové dopoledne v Kučelně	
Čtvrtek 25. 11.	13.30 hodin Klub seniorů	Herní odpoledne s Vlastou	
Pátek 26. 11.	8.30, 9.30, 10.30 hodin Sál - suterén	Lehké relaxační cvičení s Vlastou a Natašou	
Pátek 26. 11.	15.00 Sál - suterén	Tančíme v každém věku s Natašou Tonkovou	
Úterý 30. 11.	9.10 hodin Autobus č. 19 Stanoviště č. 8	Výlet s p. René Kucem Směr Harcov – Střelnice. Trasa vede ulicí Na Výběžku do Harcova k autobusové zastávce U Terstu číslo 15. Trasa je dlouhá 3 km.	
Úterý 30. 11.	14.00 hodin Klub seniorů	Hudební odpoledne s M. Hadravou a J. Klímou Tradiční odpolední posezení s živou hudbou	