

RUSSIAN SENIORS PROGRAM ACTIVITIES JFS

April 2021

Venue: ZOOM

	<p>Thursday 01 10:30 a.m. -12:00p.m. English for beginners 12:15 p.m. - 13:15 p.m. Chair Dance-Aerobics</p>
<p>Monday 05 No activities</p>	<p>Thursday 08 10:30 a.m. -12:00p.m. English for beginners 12:15 p.m. - 13:15 p.m. Chair Yoga 13:30 p.m. – 2:00 p.m. Socializing Time</p>
<p>Monday 12 10:00 a.m. - 11:00 a.m. Chair Yoga 11:00a.m. – 12:00 p.m. Beginners English class 12:00 p.m. – 12:30 p.m. Socializing Time 1:00p.m. – 2:00 p.m. Advance English class 2:00p.m. – 2:30 p.m. Socializing Time</p>	<p>Thursday 15 10:30 a.m. -12:00p.m. English for beginners 12:15 p.m. - 13:15 p.m. Chair Dance-Aerobics</p>
<p>Monday 19 10:00 a.m. - 11:00 a.m. Chair Yoga 11:00a.m. – 12:00 p.m. Beginners English class 12:00 p.m. – 12:30 p.m. Socializing Time 1:00p.m. – 2:00 p.m. Advance English class 2:00p.m. – 2:30 p.m. Socializing Time</p>	<p>Thursday 22 10:30 a.m. -12:00p.m. English for beginners 12:15 p.m. - 13:15 p.m. Chair Yoga 13:30 p.m. – 2:00 p.m. Socializing Time</p>
<p>Monday 26 10:00 a.m. - 11:00 a.m. Chair Yoga 11:00a.m. – 12:00 p.m. Beginners English class 12:00 p.m. – 12:30 p.m. Socializing Time 1:00p.m. – 2:00 p.m. Advance English class 2:00p.m. – 2:30 p.m. Socializing Time</p>	<p>Thursday 29 10:30 a.m. -12:00p.m. English for beginners 12:15 p.m. - 13:15 p.m. Chair Yoga 13:30 p.m. – 2:00 p.m. Socializing Time</p>

For program information and registration please contact Gohar at: 613-722-2225 ext. 425, Email:

gvardanyan@jfsottawa.com

РАСПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ ДЛЯ РУССКОГОВОРЯЩИХ ПЕНСИОНЕРОВ JFS

Апрель 2021

Адресс: ZOOM

	Четверг 01 10:30 - 12:00 Английский язык (Инесса) 12:15 - 13:15 Танцы/ Аэробика сидя на стульях (Миша)
Понедельник 05 Нет занятий	Четверг 08 10:30 - 12:00 Английский язык (Инесса) 12:15 - 13:15 Йога сидя на стульях 13:30 – 14:00 Общение-Обмен новостями
Понедельник 12 10:00 - 11:00 Йога сидя на стульях 11:00 – 12:00 Английский язык для начинающих (Наташа М.) 12:00 – 12:30 Общение-Обмен новостями 13:00 – 14:00 Разговорный Английский (Сандра) 14:00 – 14:30 Общение-Обмен новостями	Четверг 15 10:30 - 12:00 Английский язык (Инесса) 12:15 - 13:15 Танцы/ Аэробика сидя на стульях (Миша)
Понедельник 19 10:00 - 11:00 Йога сидя на стульях 11:00 – 12:00 Английский язык для начинающих (Наташа М.) 12:00 – 12:30 Общение-Обмен новостями 13:00 – 14:00 Разговорный Английский (Сандра) 14:00 – 14:30 Общение-Обмен новостями	Четверг 22 10:30 - 12:00 Английский язык (Инесса) 12:15 - 13:15 Йога сидя на стульях 13:30 – 14:00 Общение-Обмен новостями
Понедельник 26 10:00 - 11:00 Йога сидя на стульях 11:00 – 12:00 Английский язык для начинающих (Наташа М.) 12:00 – 12:30 Общение-Обмен новостями 13:00 – 14:00 Разговорный Английский (Сандра) 14:00 – 14:30 Общение-Обмен новостями	Четверг 29 10:30 - 12:00 Английский язык (Инесса) 12:15 - 13:15 Йога сидя на стульях 13:30 – 14:00 Общение-Обмен новостями

Для дополнительной информации и регистрации пожалуйста обращайтесь к Гоар: 613-722-2225 ext. 425,
Email: gvardanyan@jfsottawa.com