

מבידוד לריקוד

זה אפשרי בריא בעיר ובקהילה - גם בעת קורונה, לגיל השלישי

בני הגיל
 השלישי
 בפעילות בריאות
 גופנית

יום א' 17.5.20	יום ב' 18.5.20	יום ג' 19.5.20	יום ד' 20.5.20	יום ה' 21.5.20	יום ו' 22.5.20
08:00 צ'יקונג עדי טכורש	08:00 טאי צ'י ורד כתר	08:00 טאי צ'י ורד כתר	08:00 צ'יקונג עדי טכורש	07:00 פיזיותרפיה למניעת נפילות צורית ביבס	
09:00 התעמלות בריאותית עודד נצר נא להביא מגבת או מזרן	08:00 טאי צ'י ורד כתר	08:00 טאי צ'י ורד כתר	08:00 צ'יקונג עדי טכורש	07:00 הליכה בריאותית נורדית בליווי פיזיותרפיסטית נוגה מוסמן	

בהתאם להנחיית משרד הבריאות ו"התו הסגול":

- יש לחתום במקום על הצהרת בריאות לפני תחילת כל פעילות
- הכניסה מותנית במדידת חום
- יש לעטות מסיכה על פי הנחיות משרד הבריאות
- יש להקפיד על שמירת מרחק של 2 מטרים לפחות
- אין התקהלות של למעלה מ- 50 משתתפים
- אין לאכול במתחם הפעילות
- כל אדם יגיע עם הציוד האישי משלו לפעילות: חיטוי, מים, מסיכה, מגבת וכ'
- הזכות לשינויים שמורה

