

### SALA 1.C

#### **We Love Eating. Rozsmakuj się w zdrowiu!**

Zapisy na warsztaty odbywają się na stoisku Centrum Inicjatyw Senioralnych w dniu warsztatu. Lista zostanie zamknięta 15 minut przed rozpoczęciem warsztatu lub po jej zapelnieniu

- 10.30-11.00 Fitball – senior**  
Stowarzyszenie Medycyna Polska
- 11.15-11.45 Joga śmiechu**  
Stowarzyszenie Psyche Soma Polis
- 13.00-13.30 Gimnastyka z elementami rehabilitacji**  
Stowarzyszenie Medycyna Polska
- 13.45-14.15 Chińskie ćwiczenia zdrowotne Taoistycznego Tai Chi**  
Stowarzyszenie Taoistycznego Tai Chi w Polsce
- 14.30-15.00 Dieta na mocne kości**  
Stowarzyszenie Osób po Endoprotezie Biodra BODERKO
- 15.15-15.45 „I o to chodzi!” Promocja aktywności fizycznej i rozwoju sportu dla wszystkich**  
Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking

Zapraszamy na stoisko kampanii **We Love Eating. Rozsmakuj się w zdrowiu!**

### SALA 1.F

- 13.00-14.00 Dodać życia do lat**  
Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA
- 15.00-15.30 Kominek harcerski**  
Związek Harcerstwa Polskiego, Chorągiew Wielkopolska

### KULTURA (Sala Ziemi)

- 11.00-11.20 Taniec country**  
Zakrecona Bąbka
- 12.00-13.00 Wykład DJ Włók**  
Tępo w kłębku
- 13.10-13.30 Tępo w kłębku**  
Akademia Teatralna i Filmowa Szkoła Nauk Humanistycznych i Społecznych
- 14.00-15.00 Akademia Teatralna i Filmowa Szkoła Nauk Humanistycznych i Społecznych**



Międzynarodowe  
Targi  
Poznańskie  
pawilon nr 15

- Wejście naprzeciwko Mostu Dworcowego przez Hol Wschodni
- Godziny zwiedzania: 10.00-17.00
- Bilety wstępu w cenie 10 zł (jeden dzień), 14 zł (dwa dni) do nabycia w kasach MTP, w sklepach Empik, Saturn i Media Markt oraz na stronie [www.ticketpro.pl](http://www.ticketpro.pl)
- Zgłoszenia na warsztaty przyjmowane będą na stoisku Centrum Inicjatyw Senioralnych
- Program wydarzeń może ulec zmianom
- Aktualne informacje na stronach: [www.centrumis.pl](http://www.centrumis.pl) i [www.50plus.mtp.pl](http://www.50plus.mtp.pl)

**Wydarzenie zostało objęte honorowym patronatem**

**Rzecznika Praw Obywatelskich  
Marszałka Województwa Wielkopolskiego  
oraz  
Prezydenta Miasta Poznania**

# aktywni 50+

TARGI DLA CIEBIE

**27-28 marca 2015**

**Międzynarodowe Targi Poznańskie  
Pawilon nr 15**



## Rozsmakuj się w zdrowiu!

Organizatorzy



Międzynarodowe Targi Poznańskie



SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO

POZNAŃ\*



ROPS



CIS

Partnerzy

