|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Alkü 60+ Tazelenme Üniversitesi  2024-2025 Eğitim-Öğretim Yılı Güz Dönemi   1. **Sınıf Ders Programı** | | | |
| Saat | **Pazartesi** | **Çarşamba** | **Cuma** |
| **14:30-15:30** | Beceri Dersi (Yiyecek, İçecek Bilgisi) | Spor Dersi (Halk Oyunları) | Seçmeli Ders (Tamir Tadilat, Örgü Örme) |
| **15:45-16:45** | Beceri Dersi (Temel Yemek Pişirme) | Sağlık Bilgisi (Genel Sağlık, Sağlıklı Yaşam, Geriatri, Koruyucu-Önleyici Sağlık Hizmetleri) | Spor Dersi (Yoga) |
| **17:00-18:00** | Sağlık Bilgisi (Beslenme) | Tazelenme Dersi (Bilgi Teknolojileri, Medya Okuryazarlığı) | Spor Dersi (Halk Oyunları) |
|  | | | |