

VOKE ház megnevezése: VOKE Csomóponti Művelődési Központ

VOKE ház címe: 5000 **Szolnok**, Jubileum tér 1/a

Intézményvezető neve, telefonszáma: Balázsiné Gődér Ágnes, 30/408-6866

Rendszeres sport tevékenységek, sportklubok:

Sorsz.	Sporttevékenység megnevezése	Sporttevékenység gyakorisága	Van e csatlakozási lehetőség
1.	Meridian torna	hetente szerdán 9:30-tól	igen (ingyenes)
2.	ping-pong	egyeztetés alapján esténként	igen (fizetős) 300,- Ft/fő/alk
3.	Hastánc	hetente kedd 18:00	igen (fizetős) 700,- Ft/alk
4.	Aerobic	nyári időszakban hetente	igen (fizetős) 1.000,- Ft/alk
5.	Jóga	nyári időszakban hetente	igen (fizetős) 900,- Ft/alk
6.	Örömtánc (demencia megelőzésére)	heti 4 alkalom	igen (fizetős) 700,- Ft/alk
7.	Hangfürdő (lelki egyensúly megőrzése)	havonta	igen (fizetős) 500,- Ft/alk
8.	Szolnoki VOKE Ulti klub (szellemi)	hetente szerdán 15 órától	igen (ingyenes)
9.	Country klub	hetente szerdán 18:00	igen (fizetős) 2.000,- Ft/alk
10.	Bridge	hetente kedden 15:00	igen (ingyenes)

Nagyobb szabású sport, egészségmegőrző, prevenciós, életmódhoz kapcsolódó rendezvények, programok:

Sorsz.	Sport, egészségmegőrző, prevenciós, életmódhoz kapcsolódó program/rendezvény megnevezése	Időpontja/tervezett időpontja:	Program leírása (2-3 mondat)
1.	„Tiszta szívvel Szolnokért” szűrőprogram	2025. március 26. 14:00-17:00 és ősszel (szervezés alatt)	Szűrések, tanácsadás a prevenció érdekében
2.	Diabétesz világnap	2025. október-november	Előadások, tanácsadás
3.	Horgászat (MÁV Horgász Egyesület)	rendszeres	Csatlakozási lehetőség egyesületi tagként
4.	Sakk verseny	2025. december	szellemi sport tevékenység