

HARMONOGRAM ZAJĘĆ ODBYWAJĄCYCH SIĘ

W CAS Seniorzy Razem

LIPIEC 2017 R.

PONIEDZIAŁEK

12.00 -15.00 KAWIARENKA

14 00- 15 00 TENIS STOŁOWY / SAMOOBRONA

WTOREK

14.00- 18.00 KAWIARENKA

16.00-17.00 GIMNASTYKA DLA SENIORA

17.00-18.00 ZAJĘCIA MUZYKOTERAPII I Z ELEMENTAMI CHOREOTERAPII

ŚRODA

10.00 – 14.00 KAWIARENKA

10.00-11.00 KURS KOMPUTEROWY ORAZ OBSŁUGI URZĄDZEŃ NOWEJ TECHNOLOGII

12.00- 14.00 SPOTKANIA MIĘDZYPOKOLENIOWE (POZIOM PODSTAWOWY)

CZWARTEK

13.00-17.00 KAWIARENKA

13.00-15.00 ZAJĘCIA MANUALNE

16.00-17.00 GIMNASTYKA DLA SENIORA

PIĄTEK

9.00-13.00 KAWIARENKA (prasa , karty, gry)

9.30-10.30 NORDINC WALKING

10. 30-12-30 SPOTKANIA MIĘDZYPOKOLENIOWE

