

# HARMONOGRAM ZAJĘĆ CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORA

## Seniorzy Razem

### CZERWIEC 2017 R

#### **PONIEDZIAŁEK**

12.00 -14.00 KAWIARENKA

14.00-16.00 TENIS STOŁOWY

#### **WTOREK**

14.00- 18.00 KAWIARENKA / SPOTKANIA INTEGRACYJNE

16.30-17.30 GIMNASTYKA DLA SENIORA

17.00-18.00 ZAJĘCIA MUZYKOTERAPII IZ ELEMENTAMI CHOREOTERAPII

#### **ŚRODA**

11.00 –15.00 KAWIARENKA

11.00-15.00 SPOTKANIA INTEGRACYJNE

14.00-15.00 KURS KOMPUTEROWY ORAZ OBSŁUGI URZĄDZEŃ NOWEJ TECHNOLOGII  
( POZIOM PODSTAWOWY)

#### **CZWARTEK**

11.00-15.00 KAWIARENKA / SPOTKANIA MIĘDZYPOKOLENIOWE

13.00-15.00 ZAJĘCIA MANUALNE

15.00-16.30 WARSZTATY Z WIEDZY OBYWATELSKIEJ ( 22 ORAZ 29 CZERWCA)

16.30-17.30 GIMNASTYKA DLA SENIORA

#### **PIĄTEK**

9.00-13.00 KAWIARENKA

9.30-10.30 NORDINC WALKING

- MOŻLIWOŚĆ SKORZYSTANIA Z KAWIARENKI RÓWNIEŻ W TRAKCIE ZAJĘĆ

