

Centrum Aktywności Seniorów Bieńczyce prowadzone przez Fundację Nowe Centrum w **ZESPOLE SZKÓŁ GASTRONOMICZNYCH NR 1 NA OS. ŻŁOTEJ JESIENI 16** w ramach sieci Centrów Aktywności Seniorów zaprasza wszystkich zainteresowanych na następujące zajęcia we **WRZEŚNIU**:

PONIEDZIAŁKI - GODZ. 14.30-18.30

15.00 - 16.00 – gimnastyka – rozciąganie, ćwiczenia wzmacniające

16.00 - 17.00 - warsztaty zdrowego żywienia

16.00 - 17.00 - j. niemiecki I grupa

17.00 - 18.00 - j. niemiecki II grupa

WTORKI - GODZ. 14.30-18.30

15.00 – 16.00 – nordic walking i ćwiczenia w plenerze

16.00 – 18.00 – zajęcia artystyczne - malarstwo, rysunek, grafika

ŚRODY - GODZ. 14.30-18.30

15.00 – 16.00 – warsztaty komputerowe I grupa

16.05 – 17.05 - warsztaty komputerowe II grupa

CZWARTKI - GODZ. 14.30-18.30

15.00 – 16.00 – gimnastyka - fitness I grupa

16.00 - 17.00 - gimnastyka - fitness II grupa

PIĄTKI - GODZ. 14.30-18.30

14.30-16.30 - j. angielski grupa średniozaawansowana

Dyżury animatora codziennie od poniedziałku do piątku w godzinach 14.30 – 18.30.

Osoby zainteresowane uczestnictwem w wybranych zajęciach prosimy o kontakt telefoniczny pod nr **575-361-492** lub osobisty – **OS. ŻŁOTEJ JESIENI 16 ZESPÓŁ SZKÓŁ GASTRONOMICZNYCH NR 1**, wypełnienie deklaracji i wpłacenie składki członkowskiej, która wynosi 5 zł miesięcznie.

Najbliższy przystanek komunikacji miejskiej:

Arka - linie autobusowe: 123, 139, 193, 501

Bieńczycki Park Targowy (Obróńców Krzyża) - linie tramwajowe: 1, 5

