



Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior*

adres: **ul. Zamiejska 6** (tylko w sierpniu)

kontakt: tel. 515 281 211 lub 606 800 972

e-mail: radosnysenior@interia.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00 – 14.00
wtorek	10.00 – 14.00
środa	10.00 – 14.00
czwartek	10.00 – 14.00
piątek	10.00 – 14.00

OBOWIĄZUJE OD 2 sierpnia 2019 r.

Harmonogram zajęć stałych – *SIERPIEŃ 2019*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
poniedziałek	10.30 - 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.00 - 14.30	Tenis stołowy	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	15.45 - 16.45	Gry logiczne i sprawnościowe	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
wtorek	11.00 - 13.00	Zajęcia – zdrowe żywienie	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.00 - 14.00	Tenis stołowy	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	16.00 - 17.00	Zajęcia chóru	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
środa	10.30 - 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.45 - 14.45	Aqua aerobic	ul. Ludwinowska 11
czwartek	9.00 - 11.00	Nordic walking	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	12.00 - 13.00	Zajęcia z języka rosyjskiego	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.00 - 14.30	Tenis stołowy	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
piątek	9.00 - 11.00	Gimnastyka	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	15.30 - 17.30	Zajęcia techniczne	ul. Zamiejska 6 (Skośna)

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2019 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
03.08.2019	16.30	Planowany grill	Podłęże
14-28.08.2019		Wyjazd na turnus rehabilitacyjny	Międzywodzie

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.