



Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior*

Biuro CAS zamknięte z powodu pandemii do odwołania.
Dyżury telefoniczne pod nr. tel. 515 281 211 lub 882 885 767

e-mail: radosnysenior@interia.pl

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

O BOWIĄZUJE OD 10 września 2020 r.

Harmonogram zajęć stałych – *WRZESIEŃ 2020r.*

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
poniedziałek	9.00 – 11.00	Sekcja rowerowa (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.30 – 13.00	Brydż (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.00 – 14.30	Tenis stołowy (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	15.45 - 16.45	Gry logiczne i sprawnościowe	Zajęcia Online Skype
wtorek	9.00 - 11.30	Zajęcia z języka angielskiego poziom komunikatywny.	Zajęcia Online Skype konwersacje.
	10.00 – 11.00	Prace w ogrodzie (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	11.00 – 13.00	Zajęcia ze zdrowego żywienia (Odwołane do 13.09.2020r.)	W altance Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
środa	8.30 – 9.30	Gimnastyka (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)

	10.30 – 13.00	Brydż (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	15.00 – 17.00	Zajęcia praktyczno-techniczne (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
czwartek	10.00 – 12.00	Nordic Walking (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.30 – 11.30	Tenis stołowy (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	12.00 – 14.30	Zajęcia z języka angielskiego poziom komunikatywny. (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.00 - 14.00	Zajęcia poprawiające ogólną sprawność – ZUMBA (03, 10, 17 i 24.09.2020r. zajęcia odwołane z powodów zdrowotnych).	Zajęcia Online Skype
piątek	13.00 – 15.00	Zajęcia ze zdrowego żywienia (Odwołane do 13.09.2020r.)	W altance Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	15.00 – 17.00	Zajęcia praktyczno-techniczne (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)

Zajęcia dodatkowe wrzesień 2020 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.