



## Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior Plus*

Dyżury CAS ul. Cechowa 144  
Kotnakt: tel. 515 281 211 lub 882 825 767

e-mail: [radosnysenior@interia.pl](mailto:radosnysenior@interia.pl)

### Dyżury 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 12 Sierpnia 2021 r.

### Harmonogram zajęć stałych – *Sierpień 2021r.*

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
Poniedziałek	11.00 – 12.00	Gimnastyka	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
Wtorek	12.00 – 13.00	Zajęcia rozciągające (Gimnastyka) (3, 17, 31.08.2021r. naprzemiennie z Zumbą)	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	12.00 – 13.00	ZUMBA (10 i 24.08.2021r. naprzemiennie z zajęciami rozciągającymi)	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
Środa	9.00 – 10.30	Nordic walking	Zajęcia plenerowe spotykamy się przy Parafii Najświętszego Serca Pana Jezusa
	15.00 – 16.00	Trening umysłu (18 i 25.08.2021r. zajęcia odwołane – urlop).	Zajęcia ZOOM ID:270 574 0198 Hasło: Olga9
Czwartek	9.30 – 10.30	Zajęcia z języka angielskiego dla osób początkujących – grupa zero	Zajęcia ZOOM ID:650 640 6130 Hasło: ZAMA1j

Czwartek	11.30 – 12.30	Zajęcia z psychologiem ( <b>Zajęcia odwołane od 12.08.2021r. do końca miesiąca</b> )	Zajęcia ZOOM ID:787 423 2666 Hasło: Ga9tzV
	16.00 – 17.00	Zajęcia z języka włoskiego dla osób początkujących – grupa zero	Zajęcia ZOOM ID:787 423 2666 Hasło: Ga9tzV
Piątek	14.45 – 15.45	Aqua aerobik (ilość miejsc ograniczona)	Ludwinowska 11

### Zajęcia dodatkowe od 12 Sierpnia 2021 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
07.08.2021r.	7.30	Wycieczka do Parku Gródek – polskie Malediwy w Jaworznie i okolice	Spotykamy się na parkingu ul. Niebieska 1 o godzinie 7.30
Każdy czwartek miesiąca	17.00 – 21.00	Zapraszamy na wieczorki taneczne w Caffè Caroline	Bartosza Głowackiego 4/lokal 6 Ilość miejsc ograniczona, zainteresowanych proszę o kontakt pod nr. 515-281-211

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**