



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

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

O BOWIAZUJE OD 23 Września 2021 r.

Harmonogram zajęć stałych – *Wrzesień 2021r.*

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
Poniedziałek	9.00 – 10.00	Zajęcia z języka włoskiego dla osób początkujących – grupa zero	Zajęcia ZOOM ID:787 423 2666 Hasło: Ga9tzV
	11.00 – 12.00	Gimnastyka	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	16.30 – 17.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Wtorek	12.00 – 13.00	Zajęcia rozciągające (Gimnastyka)	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	Zajęcia ZOOM ID:270 574 0198 Hasło: Olga9

Czwartek	9.30 – 10.30	Zajęcia z języka angielskiego dla osób początkujących – grupa zero (16 i 23.09.2021r. zajęcia odwołane z powodu urlopu lektora)	Zajęcia ZOOM ID:650 640 6130 Hasło: ZAMA1j
	16.00 – 17.00	Zajęcia z języka włoskiego dla osób początkujących – grupa zero (23.09.2021r. zajęcia zostają przeniesione na godzinę 9.00-10.00 – jednorazowo) (od dnia 27.09.2021r. zajęcia przeniesione na poniedziałek)	Zajęcia ZOOM ID:787 423 2666 Hasło: Ga9tzV
Piątek	12.00 – 13.00	ZUMBA	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	14.45 – 15.45	Aqua aerobik (ilość miejsc ograniczona)	Ludwinowska 11

Zajęcia dodatkowe od 23 Września 2021 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
04.09.2021r.	7.00	Wycieczka do Budzowa (grzybobranie)	Spotykamy się na parkingu przy ul. Niebieskiej 1 o godzinie 7.00
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