



Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior Plus*

Dyżury CAS ul. Niebieska 2

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	12.00 - 16.00
Czwartek	12.00 - 16.00
Piątek	10.00 - 14.00

O BOWIĄZUJE OD 6 września 2023 r.

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2023r.

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
Poniedziałek	11.00 – 12.00	Gimnastyka	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	15.30 – 18.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Wtorek	11.00 – 12.00	Gimnastyka artystyczna	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	12.00 – 13.00	Zajęcia rozciągające (zdrowy kręgosłup)	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
Środa	11.00 – 12.00	Nauka tańca towarzyskiego	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
	12.30 – 13.30	Aqua aerobik	Ul. Ludwinowska „Lemon”
Czwartek	9.00 – 11.00	Nordic walking	Zajęcia plenerowe spotykamy się przy Parafii Najświętszego Serca Pana Jezusa

Czwartek	11.00 – 12.00	Język angielski grupa 0	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
	15.00 – 16.30	Trening umysłu	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
	16.30 – 17.30	Nieodpłatne korepetycje dla dzieci ze szkół podstawowych	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Piątek	12.00 – 13.00	ZUMBA	KS Orzeł, ul. Niebieska 2

Zajęcia dodatkowe wrzesień 2023 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
01.09.2023r.	9.00	Senioralia	Park Jordana
02.09.2023r.	9.00	Senioralia	Park Jordana
05.09.2023r.	10.00	Rejs do Tyńca	Bulwary Czerwińskiego (Statek Sobieski)
09.09.2023r.	7.00 – 16.00	Wycieczka (Grzybobranie) – Budzów	Zbiórka i odjazd z parkingu przy Parafii. Ul. Niebieska