



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 B O W I A Ż U J E O D 1 P a ź d z i e r n i k a 2 0 2 3 r .

Harmonogram zajęć stałych – październik 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	9.00 – 10.00	Język włoski	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
	10.00 – 11.00	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
	10.00 – 11.00	Język angielski grupa średniozaawansowana	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
	11.00 – 12.00	Język angielski grupa 0 (począwszy od 12.10.2023r.)	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 od 1 października 2023 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
01.10.2023r.	13.30 – 20.00	Wycieczka Kąсна Dolna z koncertem	Wyjazd o godzinie 13.30 z parkingu przy Parafii
15.10.2023r.	19.00	Koncert w Starej Zajezdni ul. Wawrzyńca	Dojazd we własnym zakresie
20.10.2023r.	18.00	Koncert „Najpiękniejsze Melodie Świata” w Wieliczce	Wyjazd o godzinie 17.00 z parkingu przy Parafii