



## Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior Plus*

Dyżury CAS ul. Niebieska 2  
Kontakt: 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	11.00 - 15.00
Piątek	10.00 - 14.00

### O BOWIAZUJE OD 27.03.2024r

### Harmonogram zajęć stałych – marzec 2024

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
Poniedziałek	11.30 – 12.30	Gimnastyka	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	15.30 – 18.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Wtorek	11.30 – 12.30	Gimnastyka artystyczna	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	12.30 – 13.30	Zajęcia rozciągające (zdrowy kręgosłup)	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	14.00 – 16.00	Florystyka	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Środa	10.00 – 11.00	Język włoski	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
	11.00 – 12.00	Nauka tańca towarzyskiego	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144

Czwartek	9.00 – 11.00	Nordic walking	Zajęcia plenerowe spotykamy się przy Parafii Najświętszego Serca Pana Jezusa
	11.00 – 12.00	Język angielski grupa 0	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
	12.00 – 13.00	Język angielski grupa średnio-zaawansowana	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	11.30 – 12.30	ZUMBA (29.03.2024r. zajęcia odwołane)	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	14.00 – 14.45	Aqua aerobik (29.03.2024r. zajęcia odwołane)	Ul. Ludwinowska
	16.30 – 18.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne (29.03.2024r. zajęcia odwołane)	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144

### Zajęcia dodatkowe od 27.03.2024r

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
05.03.2024r.	12.00 – 12.30	Czytanie bajek przedszkolakom	Przedszkole nr 33
07.03.2024r.	10.00	Wycieczka do Bielska-Białej. Spektakl „Poszukiwany, poszukiwana” Teatr Polski	Ul. 1 Maja 1
12.03.2024r.	09.30 – 10.30	Wspólne wykonywanie palm wielkanocnych z przedszkolakami (konkurs)	Przedszkole nr 33
13.03.2024r.	09.30 – 10.30	Rozstrzygnięcie konkursu na najpiękniejszą palmę	Przedszkole nr 33

15.03.2024r.	09.30 – 10.30	Rozdanie nagród laureatom	Przedszkole nr.33
18.03.2024r.	13.00 – 13.30	Czytanie bajek przedszkolakom	Przedszkole nr 33
23.03.2024r.	10.00	Śniadanie wielkanocne (spotkanie integracyjne)	Restauracja Wodnik, Ul. Łużycka 32e