



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

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

OBOWIĄZUJE OD 21.10.2024r

Harmonogram zajęć stałych – październik 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	Zajęcia rozciągające	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
Środa	10.00 – 11.00	Język włoski	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144



Środa	12.30 – 14.30	Florystyka (uczymy się wykonywać wiązanki na groby naszych najbliższych)	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 średniozaawansowana	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	10.30 – 11.30	ZUMBA	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	12.30 – 13.15	Aqua aerobik	Ul. Ludwinowska
	16.30 – 18.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144

Zajęcia dodatkowe od 21.10.2024r

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
03.10.2024r.	11.00	Prelekcja dotycząca zdrowego odżywiania	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
10.10.2024r.	17.00	Prelekcja „Aloes na co dzień”	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
22.10.2024r.	9.30 – 10.00	Wykonujemy jesienne dekoracje z dziećmi z przedszkola nr. 33	Przedszkole nr. 33