



## 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

**OBOWIĄZUJE OD 01.02.2024r**

### Harmonogram zajęć stałych – Luty 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	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	15.30 – 18.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144

### Zajęcia dodatkowe od 01.02.2024r

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
02.02.2024r.	10.00	Wycieczka do Nowego Targu na koncert	Wyjazd z parkingu przy Parafii
06.02.2024r.	12.30 – 13.00	Czytanie bajek dzieciom w przedszkolu nr. 33	
08.02.2024r.	14.00	Tłusty czwartek	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
09.02.2024r.	13.30 – 14.00	Czytanie bajek dzieciom w przedszkolu nr. 33	
10.02.2024r.	17.00 – 20.00	Zakończenie karnawału	Rostworowskiego 13