



Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior Plus*

Dyżury CAS ul. Cechowa 144
Kontakt CAS/ koordynator: tel. 515 281 211

Koordynator: Anna
Dyżur koordynatora: piątki 10:00-14:00

e-mail: radosnysenior@interia.pl

Dyżury od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	14.00 – 18.00
Wtorek	14.00 – 18.00
Środa	10.00 - 14.00
Czwartek	14.00 – 18.00
Piątek	10.00 - 14.00

OBOWIĄZUJE OD 08.12.2025r.

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2025r

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
Poniedziałek	11.30 – 12.30	Gimnastyka	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	14.30 – 17.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne (08.12.2025r. zajęcia odbędą się w godzinach 13.00 – 16.00)	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Wtorek	10.00 – 11.00	Zajęcia rozciągające	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	14.30 – 17.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Środa	11.00 – 13.00	Florystyka	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	Zajęcia z języka angielskiego grupa 0	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
	14.30 – 16.30	Trening umysłu	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Czwartek	16.30 – 17.30	Korepetycje dla uczniów z zakresu szkoły podstawowej	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Piątek	10.00 – 11.00	ZUMBA	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	12.30 – 13.30	Aqua aerobik	Ul. Ludwinowska

Zajęcia dodatkowe od 08.12.2025r

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
08.12.2025r.	16.00	Zebranie organizacyjne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
11.12.2025r.	15.30	Spotkanie integracyjne (Wigilia)	Restauracja Wodnik ul. Łużycka 32e