



## 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](mailto: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 20.01.2026r.**

### Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2026r

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
Poniedziałek	11.30 – 12.30	Gimnastyka	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	14.30 – 17.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Wtorek	10.00 – 11.00	ZUMBA	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	Zajęcia rozciągające	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	12.30 – 13.30	Aqua aerobik	Ul. Ludwinowska

### Zajęcia dodatkowe styczeń 2026 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
06.01.2026r.	11.00	Przejście Trzech Króli na halę sportową (pokaz zumbi seniorów o godzinie 14)	Hala sportowa Orzeł
14.01.2026r.	16.00	Zebranie i omówienie planów na nowy rok	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
20.01.2026r.	10.30	Wycieczka do Wisły (Kuglig)	Wyjazd z parkingu przy Parafii o 10.30. Przewidywany powrót ok. godziny 20.00
21.01.2026r.	12.00	Kolędowanie wspólnie z przedszkolakami z przedszkola nr. 33 w Kościele Najświętszego Serca Pana Jezusa	Cechowa 144