



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 26.03.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – marzec 2026 r.

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	Kawiarenka (w każdy 2 wtorek miesiąca zajęcia tematyczne – Klub podróżnika)	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 (13 i 27.03.2026r. zajęcia odwołane)	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	12.30 – 13.30	Aqua aerobik (27.03.2026r. zajęcia odwołane)	Ul. Ludwinowska

Zajęcia dodatkowe 03.2026 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
05.03.2026r.	14.30	Spotkanie z okazji Dnia Kobiet (spotkanie integracyjne)	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
21.03.2026r.	9.45 – 20.00	Świąteczna zbiórka żywności (Bank Żywności)	Biedronka ul. Łużycka
23.03.2026r.	14.00	Śniadanie Wielkanocne (Spotkanie integracyjne)	Restauracja U Muszkietierów / Ul. Koberzyńska 175 (13.30 wyjazd autokarem z parkingu przy parafii) Przewidywany powrót ok. godziny 17.00 autokarem
23.03.2026r.	9.45 – 11.00	Warsztaty z przedszkolakami (wykonujemy Palmy Wielkanocne)	Przedszkole nr. 33, ul. Cechowa