

HARMONOGRAM ZAJĘĆ DLA SENIORÓW (aktualny od 19 kwietnia 2021 r.)

Dzień tygodnia	Godzina	Zajęcia	Miejsce	Prowadzący
Poniedziałek	11.00	Pilates	Zajęcia online	Łukasz Dziadak
Wtorek	10.00	Pilates	Zajęcia online	Łukasz Dziadak
	Zajęcia dostępne na senioralnej podstronie	Języki obce: angielski dla początkujących i średniozaawansowanych, francuski dla początkujących i średniozaawansowanych, niemiecki dla początkujących, włoski dla początkujących	Zajęcia online	dr Karol Dettlaff
Środa	9.00	Gimnastyka kręgosłupa	Zajęcia online	Łukasz Dziadak
	11.00	Klub Spacerowicza	Zbiórka w różnych miejscach gminy	dr Karol Dettlaff
Czwartek	10.00	Pilates	Zajęcia online	Łukasz Dziadak
	16.00	Plenerowa gimnastyka taneczna	W plenerze za siedzibą w Rewie	Paula Dobrowolska
Piątek	10.00	Rowerem zdobywaj świat	Zbiórka w różnych miejscach gminy	dr Karol Dettlaff

Objaśnienie kolorów:

Zajęcia plastyczne

Zajęcia językowe

Zajęcia ruchowe

Zajęcia psychologiczne

Zajęcia hobbistyczne, spotkania przy kawie i herbacie

Szczegółowe informacje dostępne na senioralnej podstronie: www.gminakosakowo.pl/seniorzy oraz pod nr. tel. 604 948 363