

STREFA AKTYWNEGO SENIORA

PLAN ZAJĘĆ OD PAŹDZIERNIKA 2023

	MEDIATEKA		CENTRUM KULTURY				PAWILON KULTURY
	Sala koncertowa + studio i Biblioteka	Sala wielofunkcyjna + kominkowa	Sala lustrzana parter	Sala lustrzana 1. piętro	Sala konferencyjna 2. piętro	Sala plastyczna + sale 211 i 212	Pawilon Kultury Niespodzianka, stawy i park
PON.	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ taichi 11 ¹⁵ -12 ¹⁵ taichi 12 ³⁰ -13 ³⁰ taichi	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ taniec terapeut. 10 ¹⁵ -11 ¹⁵ taniec terapeut. 11 ³⁰ -12 ³⁰ taniec terapeut. 12 ⁴⁵ -13 ⁴⁵ taniec terapeut.	8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰ gimnastyka M 9 ¹⁵ -10 ¹⁵ gimnastyka M	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ joga 12 ¹⁵ -13 ¹⁵ joga		10 ³⁰ -12 ⁰⁰ ceramika 12 ³⁰ -14 ⁰⁰ ceramika	STAWY WALCZEWSKIEGO: 14 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ nordic walking P
WT.	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ ćw. odmładzające 10 ¹⁵ -11 ¹⁵ ćw. odmładzające 11 ³⁰ -12 ³⁰ ćw. odmładzające 12 ⁴⁵ -13 ⁴⁵ ćw. odmładzające	10 ¹⁵ -11 ¹⁵ stretching 11 ³⁰ -12 ³⁰ fitness 12 ⁴⁵ -13 ⁴⁵ taniec latino 14 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ taniec latino	8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰ gimnastyka A 9 ¹⁵ -10 ¹⁵ gimnastyka A	12 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ teatr	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ niemiecki 1 10 ¹⁵ -11 ¹⁵ niemiecki 2 11 ³⁰ -12 ³⁰ niemiecki 3	10 ³⁰ -12 ³⁰ rękodzieło artystyczne	NIESPODZIANKA: 14 ³⁰ -16 ⁰⁰ grafika komputerowa (realizowana w ramach PROJEKTU 5.3)
ŚR.	BIBLIOTEKA: 16 ⁴⁵ -17 ⁴⁵ francuski	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ stretching 10 ¹⁵ -11 ¹⁵ fitness 11 ³⁰ -12 ³⁰ pilates 12 ⁴⁵ -13 ⁴⁵ pilates SALA KOMINKOWA: 13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ pogaduchy	8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰ gimnastyka M 9 ¹⁵ -10 ¹⁵ gimnastyka M		9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ angielski 1 MN 10 ¹⁵ -11 ¹⁵ angielski 1 MN 11 ³⁰ -12 ³⁰ angielski 1 E 12 ⁴⁵ -13 ⁴⁵ angielski 1 E	8 ³⁰ -10 ³⁰ robótki ręczne SALA 212, 2. PIĘTRO: 10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ brydż SALA 211, 2. PIĘTRO: 11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ hiszpański 1 12 ¹⁵ -13 ¹⁵ hiszpański 1+ 13 ³⁰ -14 ³⁰ hiszpański 2	
CZW.	STUDIO 1. PIĘTRO: 12 ⁵⁰ -14 ⁵⁰ zespół HopSAS	10 ¹⁵ -11 ¹⁵ stretching 11 ³⁰ -12 ³⁰ fitness	8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰ gimnastyka A 9 ¹⁵ -10 ¹⁵ gimnastyka A		8 ⁴⁵ -9 ⁴⁵ angielski 2 E 10 ¹⁵ -11 ¹⁵ angielski 2 E 11 ³⁰ -12 ³⁰ angielski 3 E	10 ³⁰ -12 ⁰⁰ malarstwo 12 ³⁰ -14 ⁰⁰ malarstwo SALA 211, 2. PIĘTRO: 12 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ gry planszowe	PAWILON KULTURY: 12 ¹⁵ -13 ¹⁵ szarady PARK SKARBKÓW: 14 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ nordic walking O
PT.	8 ³⁰ -9 ³⁰ gimnastyka MN 9 ⁴⁵ -10 ⁴⁵ gimnastyka MN	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ taniec towarzyski 11 ¹⁵ -12 ¹⁵ taniec towarzyski		11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ joga 12 ¹⁵ -13 ¹⁵ joga		10 ³⁰ -12 ⁰⁰ tworzywa plastyczne 12 ¹⁵ -13 ⁴⁵ tworzywa plastyczne	PAWILON KULTURY: 9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰ komputery 1 10 ¹⁵ -11 ¹⁵ komputery 2 11 ³⁰ -12 ³⁰ komputery 3 STAWY WALCZEWSKIEGO: 14 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ nordic walking P

Cyfry przy językach oznaczają poziom zaawansowania.

Przy niektórych zajęciach są dopisane inicjały instruktorów:

- Gimnastyka: A – Ania; M – Marta; MN – Małgosia
- Nordic walking: O – Ola; P – Piotr
- Angielski: E – Ewa; MN – Małgosia