

HARMONOGRAM ZAJĘĆ W **KLUBIE SENIORA** W OBLĘGORZE

DZIEŃ TYGODNIA	DATA	TEMATY ZAJĘĆ
Poniedziałek 10 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	29.07.2019	ZAJĘCIA RUCHOWE - aerobik na świeżym powietrzu ROZMOWY PRZY HERBACE Zapoznanie i omówienie harmonogramu zajęć
Wtorek 10 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	30.07.2019	ZAJĘCIA Z FIZJOTERAPEUTĄ DBAMY O ZDROWIE - pomiar ciśnienia ZAJĘCIA MUZYCZNO-WOKALNE
Środa 13 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	31.07.2019	WYJŚCIE DO SCKiS STRAWCZYN BASEN-panie KRĘGIELNIA-panowie
Czwartek 10 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	01.08.2019	„MAŁE PODRÓŻE”-SPACER WOKÓŁ ZALEWU W STRAWCZYNIE (kijke Nordic-Walking)
Piątek 10 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	02.08.2019	ZAJĘCIA Z MAJSTERKOWANIA -robimy półki ze skrzynek ZAJĘCIA KRAWIECKIE -szycie fartuszków etap 2