

# HARMONOGRAM ZAJĘĆ

Akademii Aktywnego Rydułtowika 2022  
obowiązuje od 01.04.2022

Lp.	RODZAJ ZAJĘĆ	KONTAKT Z PROWADZĄCYM	Miejsce realizacji zajęć	Data rozpoczęcia	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
1	<b>SLOW JOGGING</b> start 01.04.2022	<b>MAREK WYSTYRK 501 275 095</b> <b>ARKADIUSZ MUCZYŃ 536 944 133</b>	Zbiórki grupy biegowej na TEŻNI przy zbiorniku Machnikowiec lub innym miejscu zaproponowanym przez organizatora. Informacja na stronie AAR 2022 (Facebook)						18 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>	
2	<b>AEROBIC start 05.04.2022</b> <b>UWAGA : WŁASNE KARIMATY</b> <b>!!!</b>	<b>AGELIKA PLUTA 608 319 338</b> <b>KARINA CZEKAŁA 792 830 817</b>	Szkoła Podstawowa nr 4 (sala gimnastyczna) AAR 2022			18 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>				
3	<b>AEROBIC start 21.03.2022</b> <b>UWAGA : WŁASNE KARIMATY</b> <b>!!!</b>	<b>AGELIKA PLUTA 608 319 338</b> <b>KARINA CZEKAŁA 792 830 817</b> <b>ROKSANA ORZYSZEK 662 850 977</b>	ROSIR ul. Bema 126 c Klub Seniora UM		9 <sup>00</sup> - 10 <sup>00</sup>	10 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup>			9 <sup>00</sup> - 10 <sup>00</sup>	
3	<b>NORDIC WALKING</b> start 07.04.2022	<b>JOLANTA MILERT</b> tel. 695 282 108	ROSIR (zbiórka na parking przy hali ROSIR "KS Naprzód") ul. Bema 126 c					17 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>		
4	<b>SENIORIADA 2022</b> 17.09.2022	<b>MAREK WYSTYRK</b> 501 275 095	Hala sportowa w SP 1							
5	<b>WYCIECZKI ROWEROWE</b>	<b>ADAM MESLIK</b> 509 324 624	Miejsca oraz terminy wycieczek będą ustalone z prowadzącym. Osoby zainteresowane proszone są o kontakt z Panem Adamem Meslikiem							