

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

Rydułtowskiej Akademii Aktywnego Seniora 60+
obowiązuje od 13.07.2020

Lp.	RODZAJ ZAJĘĆ	KONTAKT Z PROWADZĄCYM	Miejsce realizacji zajęć	Data rozpoczęcia	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
1	ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE Obywatelska, ROSIR, Oratorium: manualne, kulinarne Obywatelska: komputerowe	IWONA NIESZCZESNY 508 954 442	Obywatelska 50/2 ASOS 2020	13.07.2020	16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰		10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰
			Oratorium św. Józefa w Rydułtowach ASOS 2020	13.07.2020	8 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰				
			Obywatelska 50/3 " Klub Seniora w nim jest Moc " UM	13.07.2020				10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	
			ROSIR ul. Bema 126c " Klub Seniora w nim jest Moc " UM	13.07.2020			10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰		
2	WARSZTATY Z ZAKRESU DBAŁOŚCI O ZDROWIE I CIAŁO	MAŁGORZATA NEUMAN 605 101 308	ul. Obywatelska 50/2	Terminy zostaną ustalone w ramach zajęć świetlicowych					
3	AEROBIC UWAGA : WŁASNE KARIMATY !!!	ROKSANA ORZYSZEK 662 850 977	Rydułtowskie Centrum Kultury FENIKS ASOS 2020 ul. Strzelców Bytomskich 9	16.06.2020		9 ⁰⁰ - 10 ⁰⁰	10 ³⁰ - 11 ³⁰	9 ⁰⁰ - 10 ⁰⁰	
4	AEROBIC UWAGA : WŁASNE KARIMATY !!!	ROKSANA ORZYSZEK 662 850 977	ROSIR ul. Bema 126c " Klub Seniora w nim jest Moc " UM	26.06.2020					9 ⁰⁰ - 10 ³⁰
5	TANIEC NOWOCZESNY "Dziewczynki Sprężynki 60+"	ROKSANA ORZYSZEK 662 850 977	Rydułtowskie Centrum Kultury FENIKS ul. Strzelców Bytomskich 9a	16.06.2020		10 ⁰⁰ - 11 ³⁰			
6	WARSZTATY BIBLIOTECZNE	BARBARA LASZCZYŃSKA 604 279 539	Miejska Biblioteka Publiczna im. M.H. Góreckiego ul. Mickiewicza 21	Terminy zostaną ustalone w ramach zajęć świetlicowych w porozumieniu z Biblioteką					
7	WYCIECZKI ROWEROWE	ADAM MESLIK 509 324 624	Miejsca oraz terminy wycieczek będą ustalone z prowadzącym. Osoby zainteresowane proszone są o kontakt z Panem Adamem Meslikiem						
8	WYCIECZKI TURYSTYCZNE	MAREK WYSTYRK 501 275 095	Miejsca oraz terminy wycieczek będą ustalone z uczestnikami zajęć świetlicowych oraz prowadzącym zajęcia. Osoby zainteresowane proszone są o kontakt z Panem Markiem Wystyrk						
9	BASEN + Aquarobik	AGNIESZKA SOSNA-SICH 728 480 439	MANTA w Wodzisławiu Śląskim Wyjazd grupy z parkingu przy Domu Orkiestry ul. Mickiewicza 15 w Rydułtowach UWAGA: Wyjazd grupy 45 min. przed wejściem na basen	22.06.2020	10 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ 13 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰		10 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ 13 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰		