



HARMONOGRAM ZAJĘĆ NA MAJ

6.05 (poniedziałek) godz. 13.00 **EKO SENIOR** (wykład)

8.05 **Żyj w pełni. Ćwiczenia ruchowe, masaże**

godz. 9.30 grupa 1, godz. 11.30 grupa 2

10.05 (piątek) godz. 15.30 **Warsztaty rękodzieła**

17.05 (piątek) Wycieczka do Ogrodu Dendrologicznego

zbiórka pod ANS TWP godz. 8.45 powrót godz. 16.30

20.05 (poniedziałek) **Nordic Walking**

22.05 (środa) **Nordic Walking**

29.05(środa) godz. 12.00 **Warsztaty oddechowe** (wykład)

godz. 13.30 **Warsztaty oddechowe** (ćwiczenia)

ZAPRASZAMY SERDECZNIE!!!

We wtorki, czwartki, piątki w godz.9.00-15.00

Klub Seniora zaprasza

na poczytanie książki, wypicie kawy, pogranie w gry
indywidualnie lub z przyjaciółmi.