

RAMOWY PLAN ZAJĘĆ KLUBU „ SENIOR + „

KLUB CZYNNY W GODZINACH 09.00- 14.00

PONIEDZIAŁEK, WTOREK, ŚRODA, CZWARTEK, PIĄTEK

DZIEŃ TYGODNIA	ZAJĘCIA	PROWADZĄCY
PONIEDZIAŁEK	<ul style="list-style-type: none">- Gimnastyka poranna przy muzyce.- Zabawa taneczna z Klubem Seniora Jarzębina.- Obiad.	Anna Mikołajska
WTOREK	<ul style="list-style-type: none">- Gimnastyka rehabilitacyjna.- Przerwa kawowa – prasowa.- Terapia zajęciowa.- Obiad	Małgorzata Kolasińska Anna Mikołajska
ŚRODA	<ul style="list-style-type: none">- Gimnastyka poranna przy muzyce.- Relaksacja- Przerwa kawowa – prasowa.- Kurs tańca (2x w miesiącu)- Terapia zajęciowa- Obiad	Anna Mikołajska Katarzyna Korzeb Marek Michalkiewicz Anna Mikołajska
CZWARTEK	<ul style="list-style-type: none">- Gimnastyka rehabilitacyjna- Przerwa kawowo – prasowa.- Terapia zajęciowa.- Obiad	Małgorzata Kolasińska Anna Mikołajska
PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none">- Gimnastyka poranna przy muzyce.- Relaksacja.- Przerwa kawowo – prasowa.- Zumba (2x w miesiącu)- Terapia zajęciowa.- Obiad	Anna Mikołajska Piotr Mastalerek. Anna Mikołajska