

Marzec 2020 w Centrum Seniora

2 marca (poniedziałek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

13.00 Kawiarenka Seniora- Katarzyna Piszcz- Fundacja Kamienica1

3 marca (wtorek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)

16.00 Wieczorek literacki albo karaoke

4 marca (środa CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

11.00 Rozgrywki w szachy

12.00-13.00- Dyżur Miejskiej Rady Seniora- Danuta Koźmian

13.00- Psycholog (obowiązują zapisy)

14.00- Zajęcia manualne

16.30- Porady Trenera Personalnego (obowiązują zapisy)

5 marca (czwartek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)

12.00- Joga Śmiechu (obowiązują zapisy)

16.00- porady prawne (obowiązują zapisy)

6 marca (piątek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

10.00- Trening Pamięci (obowiązują zapisy)

11.30- Trening Pamięci (obowiązują zapisy)

16.00-18.00 Wernisaż wystawy SUTW Grupy Fotograficznej GF16X24

9 marca (poniedziałek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

13.00 Kawiarenka Seniora -Michał Romanowski- Klub Sympatyków Turystyki i Krajoznawstwa Wędrowiec

10 marca (wtorek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)

10:00- Warsztaty składania serwetek

16.00- Karaoke- Dzień Kobiet, dzień kobiet, niech każdy się dowie...

11 marca (środa CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

12.00-13.00- Dyżur Miejskiej Rady Seniora – Aleksandra Białonowicz

13.00- Psycholog (obowiązują zapisy)

14.00- Zajęcia manualne

16.30- Porady Trenera Personalnego (obowiązują zapisy)

12 marca (czwartek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)

12.00- Joga Śmiechu (obowiązują zapisy)

16.00- porady prawne (obowiązują zapisy)

13 marca (piątek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

10.00- Trening Pamięci (obowiązują zapisy)

11.30- Trening Pamięci (obowiązują zapisy)

14 marca (sobota, otwarte tylko dla osób zapisanych)

10.00- Fitness (zapisy)

11.00- Fitness (zapisy)

16 marca (poniedziałek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

13.00- Kawiarenka Seniora- Makijaż wieku dojrzałego

17 marca (wtorek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)

16.00- Karaoke

18 marca (środa CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

12.00-13.00- Dyżur Miejskiej Rady Seniora – Danuta Walaszek

13.00- Psycholog (obowiązują zapisy)

14.00- Zajęcia manualne

16.30- Porady Trenera Personalnego (obowiązują zapisy)

19 marca (czwartek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)

12.00- Joga Śmiechu (obowiązują zapisy)

16.00- porady prawne (obowiązują zapisy)

20 marca (piątek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

10.00- Trening Pamięci (obowiązują zapisy)

11.30- Trening Pamięci (obowiązują zapisy)

23 marca (poniedziałek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

13.00 Kawiarenka Seniora- Anna Baran- Uroda a dieta

24 marca (wtorek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)

16.00- Karaoke

25 marca (środa CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

12.00-13.00- Dyżur Miejskiej Rady Seniora- Marek Molewicz

13.00- Psycholog (obowiązują zapisy)

14.00- Zajęcia manualne

16.30- Porady Trenera Personalnego (obowiązują zapisy)

26 marca (czwartek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)

12.00- Joga Śmiechu (obowiązują zapisy)

16.00- porady prawne (obowiązują zapisy)

27 marca (piątek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

10.00- Trening Pamięci (obowiązują zapisy)

11.30- Trening Pamięci (obowiązują zapisy)

28 marca (sobota, otwarte dla zapisanych)

10.00- Fitness (zapisy)

11.00- Fitness (zapisy)

30 marca (poniedziałek CS czynne w godzinach 8.00-16.00)

13.00- Kawiarenka Seniora**31 marca (wtorek CS czynne w godzinach 10.00-18.00)**

16.00- Karaoke

PLAN MOŻE ULEC ZMIANIE w Pierwszym Tygodniu Marca!

Nr telefonu: 882 507 368

Ul. Bolesława Śmiałego 16/u2