

**HARMONOGRAM CYKLICZNYCH WYDARZEŃ W RAMACH PROJEKTU
Fit Senior ACTVICE AGEING EXCHANGE - ERASMUS PLUS**

LISTOPAD

ZAJECIA CYKLICZNE	DNI	GODZINA	MIEJSCE/Adres
Aqua Senior 2	PONIEDZIAŁEK 4, 18, 15	11:45 (45 min)	Pływalnia kryta Hali sportowej, wejście od ul. Solskiego
Ceramika	WTOREK 5,19	10:00 (1,5-2h)	Sala rozgrzewkowa Hali sportowej wejście od ul. Kusocińskiego
Sprawne ciało	ŚRODA 6,13,20,27	9:00 (45 min)	Sala rozgrzewkowa Hali sportowej wejście od ul. Kusocińskiego
Aqua Senior	ŚRODA 6,13,20,27	13:30 (45 min)	Pływalnia kryta Hali sportowej wejście od ul. Solskiego
		14:15 (45 min)	
Chodzę bo chcę - Nordic walking	ŚRODA 6,13,20,27	11:00	Lasy Państwowe ul. Partyzantów
Aerobik	CZWARTEK 7,14,21,28	12:00 (45 min)	Sala rozgrzewkowa Hali sportowej wejście od ul. Kusocińskiego
Gimnastyka dla Seniorów	PIATEK 8, 15, 22, 29	14:00 (45 min)	Sala rozgrzewkowa Hali sportowej wejście od ul. Kusocińskiego

Na każde zajęcia sportowe obowiązują zapisy pod numerem tel: **17 787 48 61.**
lub kontakt osobisty: Dział Organizacji imprez i marketingu MOSiR Mielec
ul. Solskiego (wejście jak na Pływalnie krytą, I piętro)

ACTVICE AGEING EXCHANGE - ERASMUS PLUS FIT SENIOR



FitSenior



Funded by
the European Union

