

Miejski Klub Seniora „Północ”

Poniedziałek

9.00-15.00 Kawiarenka

9.00-10.00 Gimnastyka poranna, gr.1

10.00-11.00 Gimnastyka poranna, gr.1

11.00-13.00 Próba wokalna zespołu „Ależ Babki”

13.00-14.00 Pogotowie komputerowe

15.30-18.00 Papierowa wiklina

Wtorek

9.00-14.00 Kawiarenka

9.00-10.00 Tai-chi

9.30-10.30 Karaoke, czyli wspólne śpiewanie

10.00-11.00 Stretching kręgosłupa

12.00-13.00 Trening pamięci

Środa

9.00-15.00 Kawiarenka

9.00-10.00 Choreoterapia

10.00-11.00 Tańce latino

11.00-12.00 Spotkanie przy muzyce

Czwartek

9.00-15.00 Kawiarenka

10.00-15.00 Turniej brydża

Piątek

W każdy piątek odbywać się będą różne wydarzenia (np. spacer, wyjścia do kina lub muzeum, wykłady, spotkania, zabawy taneczne itp.). Informacje o nich będą zamieszczane na profilu Facebookowym klubu, na tablicy w klubie, na drzwiach klubu. Dostępne będą także u animatora klubu pod numerem telefonu 515 137 280 (od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-16.00).