

HARMONOGRAM WRZESIEŃ 2020

31.08. PON	01.09. WT.		02.09. ŚR.	03.09. CZW.	04.09. PT.	05.09. SOB.
Zajęcia usprawniające 08:00-10:00 Klub Seniora	Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora		Zdrowe odżywianie 14:00-17:00 Klub Seniora	Zajęcia usprawniające 15:30-18:00 Klub Seniora	Nordic Walking 08:00-10:00 Rydzewo/Kleszczewo	Zajęcia taneczne 16:00-20:00 Ośrodek Kultury w Miłkach
					Zajęcia z Psychologiem 11:30-16:30 Klub Seniora	
	Zajęcia kulinarne i ziołolecznictwo 17:30-20:00 Klub Seniora	Nordic Walking 17:30-19:30 Marcinowa Wola			Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora	

07.09. PON.	08.09. WT.		09.09. ŚR.	10.09. CZW.	11.09. PT.
Zajęcia usprawniające 15:30-18:00 Klub Seniora	Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora		Zdrowe odżywianie 14:00-17:00 Klub Seniora	Zajęcia artystyczne 15:00-17:00 Klub Seniora	Nordic Walking 08:00-10:00 Rydzewo/Kleszczewo
Nordic Walking 16:00-17:00 Miłki	Zajęcia artystyczne 15:30-17:30 Klub Seniora				
	Zajęcia kulinarne i ziołolecznictwo 17:30-20:00 Klub Seniora	Nordic Walking 17:30-19:30 Marcinowa Wola		Zajęcia usprawniające 15:30-18:00 Klub Seniora	Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora

HARMONOGRAM WRZESIEŃ 2020

14.09. PON.	15.09. WT.		16.09. ŚR.	17.09. CZW.	18.09. PT.	19.09. SOB.
Zajęcia usprawniające 15:30-18:00 Klub Seniora	Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora		Zdrowe odżywianie 14:00-17:00 Klub Seniora	Zajęcia artystyczne 15:00-17:00 Klub Seniora	Nordic Walking 08:00-10:00 Rydzewo/Kleszczewo	Zajęcia taneczne 16:00-20:00 Ośrodek Kultury w Miłkach
	Zajęcia artystyczne 15:30-17:30 Klub Seniora				Zajęcia z Psychologiem 11:30-16:30 Klub Seniora	
	Zajęcia kulinarne i ziołolecznictwo 17:30-20:00 Klub Seniora	Nordic Walking 17:30-19:30 Marcinowa Wola		Zajęcia usprawniające 15:30-18:00 Klub Seniora	Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora	

21.09.PON.	22.09. WT.		23.09. ŚR.	24.09. CZW.	25.09. PT.
Zajęcia usprawniające 15:30-18:00 Klub Seniora	Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora		Zdrowe odżywianie 14:00-17:00 Klub Seniora	Zajęcia artystyczne 15:00-17:00 Klub Seniora	Nordic Walking 08:00-10:00 Rydzewo/Kleszczewo
	Zajęcia artystyczne 15:30-17:30 Klub Seniora				
	Zajęcia kulinarne i ziołolecznictwo 17:30-20:00 Klub Seniora	Nordic Walking 17:30-19:30 Marcinowa Wola		Zajęcia usprawniające 15:30-18:00 Klub Seniora	Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora

HARMONOGRAM WRZESIEŃ 2020

28.09.PON.	29.09. WT.		30.09. ŚR.
Zajęcia usprawniające 15:30-18:00 Klub Seniora	Zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup 15:30-18:00 Klub Seniora		Zdrowe odżywianie 14:00-17:00 Klub Seniora
	Zajęcia artystyczne 15:30-17:30 Klub Seniora		
	Zajęcia kulinarne i ziołolecznictwo 17:30-20:00 Klub Seniora	Nordic Walking 17:30-19:30 Marcinowa Wola	