

STOWARZYSZENIE UTW W ŻORACH HARMONOGRAM ZAJĘCIA - RUCHOWE - WRZESIEŃ 2020 – wstępny (sporządzono: 04.09.2020 r.)

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
31.08.	01.09. <u>PILATES</u> Sala 103 I grupa 09.00 – 10.00	02.09. <u>GRY PLANSZOWE</u> sala 203 10.00 – 12.00 wolontariat (P. G. Bieńczak)	03.09. <u>REHABILITACJA</u> Sala 103 I grupa 10.30 – 11.30 II grupa 12.00 – 13.00	04.09. <u>PILATES</u> Sala 103 II grupa 12.45 - 13.45
07.09. <u>REHABILITACJA</u> Sala 103 III grupa 10.30 – 11.30	08.09. <u>PILATES</u> Sala 103 I grupa 09.00 – 10.00	09.09. <u>GRY PLANSZOWE</u> sala 203 10.00 – 12.00 wolontariat (P. G. Bieńczak)	10.09. <u>PILATES</u> Sala 103 II grupa 9.20 - 10.20 <u>REHABILITACJA</u> Sala 103 I grupa 10.50 – 12.00 II grupa 12.30 – 13.40	11.09.
14.09. <u>REHABILITACJA</u> Sala 103 III grupa 10.30 – 11.40	15.09. <u>PILATES</u> Sala 103 I grupa 09.00 – 10.00	16.09. <u>GRY PLANSZOWE</u> sala 203 10.00 – 12.00 wolontariat (P. G. Bieńczak)	17.09. <u>PILATES</u> Sala 103 II grupa 9.20 - 10.20 <u>REHABILITACJA</u> Sala 103 I grupa 10.50 – 12.00 II grupa 12.30 – 13.40	18.09.
21.09. <u>REHABILITACJA</u> Sala 103 III grupa 10.30 – 11.40	22.09. <u>PILATES</u> Sala 103 I grupa 09.00 – 10.00	23.09. <u>GRY PLANSZOWE</u> sala 203 10.00 – 12.00 wolontariat (P. G. Bieńczak)	24.09. <u>PILATES</u> Sala 103 II grupa 9.20 - 10.20 <u>REHABILITACJA</u> Sala 103 I grupa 10.50 – 12.00 II grupa 12.30 – 13.40	25.09.
28.09. <u>REHABILITACJA</u> Sala 103 III grupa 10.30 – 11.40	29.09. <u>PILATES</u> Sala 103 I grupa 09.00 – 10.00	30.09. <u>GRY PLANSZOWE</u> sala 203 10.00 – 12.00 wolontariat (P. G. Bieńczak)	01.10. <u>PILATES</u> Sala 103 II grupa 9.20 - 10.20	02.10.

Uwaga: Serdecznie zapraszamy słuchaczy UTW i seniorów na gry planszowe. Można się umówić ze znajomymi, przyjść zagrać i miło spędzić czas.

W sali 103 ŻCOP grupa może liczyć 24 osoby, więc serdecznie zapraszamy naszych słuchaczy na rehabilitację i warsztaty pilates. Bliższe informacje związane z udziałem w zajęciach można uzyskać: Rehabilitacja – P. Ryszarda Szpotakowska – tel. 602 195 079; Pilates - P. Natalia Wykret – tel. 512 668 405

Rehabilitacja w wydłużonym czasie i warsztaty pilates wynikają z konieczności odrabiania zajęć z I półroczu br.

Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Żorach
44-240 Żory, Os. Sikorskiego 52

Sąd Rejonowy w Gliwicach, KRS 0000328396
Konto: 89 8456 0009 2001 0025 4692 0002

Sekretariat - tel. 513 536 354
e-mail: utwzory@interia.pl; www.utwzory.pl