**HARMONOGRAM ZAJĘĆ DLA SENIORÓW 60+**

**W CENTRUM AKTYWNOŚCI i WOLONTARIATU SENIORÓW**

**ŁĄCKO NA MIESIĄC SIERPIEŃ2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **PONIEDZIAŁEK** | **ŚRODA** |
| **04.08-08.08.2025 – 04.08 – poniedziałek – 06.08 - środa** | 9:30 – 10:30spotkanie z radcą prawnym 10:30 – 12:30 – spacer z kijkami nordic walking - okolice Łącka | 9:00– 10:00 –aerobik dla seniorów  10:00 – 12:00 – dzień gier planszowych, logicznych |
| **11.068– 15.08.2025 -11.08 – poniedziałek – 13.08 - środa** | 9:30 – 12.30 - wycieczka rowerowa ok. Łącka | 9:00 – 10:00 – aerobik dla seniorów  10:00 – 12:.00 – zajęcia w plenerze - fotografowanie |
| **18.08 – 22.08.2025r. -18.08 – poniedziałek -20.08 - środa** | 9:30 – 12.30 - zajęcia kulinarne | 9:00 – 10:00 – zajęcia aerobik dla seniorów  10:00 – 12:00 – zajęcia manualne |
| **25.08 – 29.08.2025r. -25.08 – poniedziałek – 27.08 - środa** | 9:30– 10:30 – spotkanie przy kawie  10:30 – 11:30 – spotkanie z psychologiem 11:30 – 12:30 – spacer z kijkami nordic walking | 9:00 – 10:00 – aerobik dla seniorów  10:00 – 12:00 – piknik- pożegnanie wakacji -ok. Łącka |
|  |  |  |