

ZAJĘCIA POZAUNIWERSYTECKIE W CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORA W ROKU 2021/2022

Godzina	Przedmiot	Prowadzący	Sala	X
PONIEDZIAŁEK				
10.45-13.00	Warsztaty teatralne – zajęcia online	Inessa Lerner	Zajęcia online	
12.00-15.00	Chór – zajęcia wokalne	Gabriela Grygiel-Bagińska	Cech Rzemiosła	
13.15-15.45	Malarstwo	Marek Wróbel	CAS – Językowa	
WTOREK				
10.00-11.00	Terapia tańcem i ruchem	Magdalena Langowska-Sparzak	CAS – Morska	
11.00-12.30	Malarstwo i rysunek – grupa kontynuacyjna ZAJĘCIA ZACZYNAJĄ SIĘ 26 PAŹDZIERNIKA	mgr inż. architekt Zofia Owsiak	CAS – Artystyczna	
11.10-12.10	Latino	Magdalena Langowska-Sparzak	CAS – Morska	
12.30-14.00	Malarstwo i rysunek – początkująca ZAJĘCIA ZACZYNAJĄ SIĘ 26 PAŹDZIERNIKA	mgr inż. architekt Zofia Owsiak	CAS – Artystyczna	
ŚRODA				
12.10-14.00	Przygoda z kamerą	Mirosław Judkowiak	CAS – Językowa	
14.30-15.30	Warsztaty teatralne	Mariusz Żarnecki	CAS – Morska	
CZWARTEK				
8.45-9.45	Zdrowy kręgosłup	Martyna Kreft	CAS – Morska	
11.20-12.20	Tai chi	Małgorzata Cudziło	CAS – Morska	
12.00-14.15	Warsztaty teatralne – zajęcia online	Inessa Lerner	Zajęcia online	
12.30-13.30	Pilates	Małgorzata Cudziło	CAS – Morska	
13.40-14.40	Gimnastyka – zdrowy kręgosłup	Małgorzata Cudziło	CAS – Morska	
14.50-15.50	Stretching	Małgorzata Cudziło	CAS – Morska	
PIĄTEK				
9.00-10.00	Gimnastyka rekreacyjna – I grupa	Mateusz Talaska	CAS – Morska	
10.10-12.10	Zajęcia artystyczne ze sznurkiem	Mirosława Guźniczak	CAS – Artystyczna	
10.15-11.15	Gimnastyka rekreacyjna – II grupa	Mateusz Talaska	CAS – Morska	
12.15-15.15	Stylizacja z pasją	Teresa Sokołowska	CAS – Artystyczna	
12.00-14.00	Malarstwo akwarelowe – grupa ZAMKNIĘTA uczestnicy przepisani z poprzedniego semestru	Zbigniew Chromiec	Klub Seniora Orłowo Orłowska 66	
14.20-15.20	Zdrowy kręgosłup	Martyna Kreft	CAS - Morska	