



AKTYWNY SENIOR

www.mosir.pl

CZĘSTO
CZOWA



Oferta zajęć dla Seniorów 60+

Zajęcia nieodpłatne (11-31 sierpnia)

Zajęcia ruchowe na bieżni i w siłowni:

Miejski Stadion Lekkoatletyczny, ul. Dąbrowskiego 58/64

- wtorki w godzinach 10.00 - 11.00
- środy w godzinach 10.00 - 11.00
- czwartki w godzinach 10.00 - 11.00



Zajęcia odpłatne (10-31 sierpnia)

Gimnastyka w wodzie:

Pływalnia Kryta, Al. Niepodległości 20/22

- wtorki w godzinach 11.45 - 12.30
- środy w godzinach 11.45 - 12.30
- czwartki w godzinach 11.45 - 12.30



Zajęcia prowadzone są przez instruktorów w dniach funkcjonowania obiektów.