

Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe dla osób starszych, emerytów i rencistów po 55 roku życia

Termin realizacji 2.04 - 15.12.2024 r.

Program współfinansowaniu ze środków Dzielnicy Bielany m. st. Warszawy

Obiekt/adres	Grupa	Rodzaj zajęć	Dzień tygodnia	Godziny	Imię i nazwisko instruktora
<b>BIELANY</b>					
<b>Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe w sali</b>					
Klub "Domino" ul. Bogusławskiego 6	1.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	wtorki czwartki	10.00-11.00 13.00-14.00	mgr Maciej Szyszka
	2.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	wtorki czwartki	11.00-12.00 14.00-15.00	mgr Maciej Szyszka
Klubie Mieszkańców „Chomiczówka” ul. Pabla Nerudy 1	3.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	wtorki piątki	8.00-9.00 8.00-9.00	mgr Agnieszka Kowalska
	4.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki piątki	17.30 - 18.30 17.30 - 18.30	mgr Agnieszka Kowalska
	5.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	środy piątki	7.30 - 8.30 9.30 - 10.30	mgr Maciej Szyszka
	6.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	środy piątki	8.30 - 9.30 10.30 - 11.30	mgr Maciej Szyszka
	7.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	środy piątki	9.30 - 10.30 11.30 - 11.30	mgr Maciej Szyszka
	8.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	środy piątki	10.30 - 11.30 12.30 - 13.30	mgr Maciej Szyszka
	9.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki środy	13.00 - 14.00 11.30 - 12.30	mgr Maciej Szyszka
	10.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki środy	14.00 - 15.00 12.30 - 13.30	mgr Maciej Szyszka
	11.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki środy	15.00 - 16.00 13.30 - 14.30	mgr Maciej Szyszka
	12.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki środy	8.00 - 9.00 8.00 - 9.00	mgr Ewa Liniewicz
Klubie WSM Piaski ul. Broniewskiego 71	13.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki środy	9.00 - 10.00 9.00 - 10.00	mgr Ewa Liniewicz
	14.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki środy	10.00 - 11.00 10.00 - 11.00	mgr Ewa Liniewicz
	15.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki środy	11.00 - 12.00 11.00 - 12.00	mgr Ewa Liniewicz
Szkołe Podstawowej Nr 83 ul. Rudzka	16.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	19.30 - 20.30 19.00 - 20.00	mgr Ewa Liniewicz
	17.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	18.15 - 19.15 17.30 - 18:30	mgr Ewa Liniewicz
Szkołe Podstawowej Nr 209 ul. Reymonta					
<b>Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe na pływalni</b>					
Pływalnia Centrum Rekreacyjno - Sportowego ul. Conrada 6 dla uczestników zajęć ćwiczących w Klubie WSM Piaski ul. Broniewskiego 71	1.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	wtorki piątki	8.00 - 8.30 8.00 - 8.30	mgr Maciej Szyszka
	2.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	wtorki piątki	8.30 - 9.00 8.30 - 9.00	mgr Maciej Szyszka
	3.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	środy piątki	8.00 - 8.30 9.00 - 9.30	mgr Agnieszka Kowalska
	4.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	środy piątki	8.30 - 9.00 9.30 - 10.00	mgr Agnieszka Kowalska

	Pływalnia Centrum Rekreacyjno - Sportowego ul. Conrada 6 dla uczestników zajęć ćwiczących w Szkole Podstawowej Nr 209 ul. Reymonta	5.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	8.30 - 9.00 8.30 - 9.00	mgr Agnieszka Kowalska
		6.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	środy czwartki	10.00 - 10.30 10.00 - 10.30	mgr Agnieszka Kowalska
	Pływalnia Centrum Rekreacyjno - Sportowego ul. Conrada 6 dla uczestników zajęć ćwiczących w Klubie Mieszkańców „Chomiczówka” ul. Pabla Nerudv 1	7.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	8.00 - 8.30 8.00 - 8.30	mgr Agnieszka Kowalska
		8.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	9.00 - 9.30 9.00 - 9.30	mgr Agnieszka Kowalska
		9.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	9.30 - 10.00 9.30 - 10.00	mgr Agnieszka Kowalska
		10.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	10.30 - 11.00 10.30 - 11.00	mgr Agnieszka Kowalska
		11.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	8.30 - 9.00 8.30- 9.00	mgr Maciej Szyszka
		12.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	9.00 - 9.30 9.00- 9.30	mgr Maciej Szyszka
		13.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	9.30 - 10.00 9.30- 10.00	mgr Maciej Szyszka
		14.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	10.00 - 10.30 10.00 - 10.30	mgr Maciej Szyszka
		15.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	10.30 - 11.00 10.30- 11.00	mgr Maciej Szyszka
		16.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	11.00 - 11.30 11.00- 11.30	mgr Maciej Szyszka
		17.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	11:30 - 12.00 11.30- 12.00	mgr Maciej Szyszka
		18.	Usprawniające zajęcia rekreacyjno - sportowe	poniedziałki czwartki	12.00 - 12.30 12.00- 12.30	mgr Maciej Szyszka



