

HARMONOGRAM – WRZESIEŃ 2023
ZAPISY 502 322 547 ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA!

Data	Godzina	Zajęcia	Źródło finansowania
01.09 (piątek)	09.30 – 12.30	Spotkanie przy BRYDŻU- I GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	13.00 - 14.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	14.00 – 15.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
04.09 (poniedziałek)	09:00 – 10.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutką-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	11.00 – 15.00	Integracyjne spotkanie przy TENISIE STOŁOWYM	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
05.09 (wtorek)	09.00 – 10.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Paweł	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	10.00 – 11.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Paweł	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12:00 - 15:00	Spotkanie przy BRYDŻU- II GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
06.09 (środa)	09.30 – 10.30	Zabawa tańcem- Taniec w kręgu	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	10.30 – 11.30	Zabawa tańcem- Taniec w kręgu	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12.00 – 14.00	Muzykoterapia - GONGI	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	15.40 – 16.40	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutką-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	16.40 – 17.40	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutką-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
07.09 (czwartek)	10.00 – 12.00	Rękodzieło	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi

	12.00 – 14.00	Gimnastyka Umysłu	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12.00 - 13.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Karol	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	13.00 – 14.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Karol	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
08.09 (piątek)	09.30 – 12.30	Spotkanie przy BRYDŻU- I GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	13.00 - 14.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	14.00 – 15.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
11.09 (poniedziałek)	09:00 – 10.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	11.00 – 15.00	Integracyjne spotkanie przy TENISIE STOŁOWYM	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
12.09 (wtorek)	09.00 – 10.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Paweł	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	10.00 – 11.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Paweł	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12.00- 15.00	Spotkanie przy BRYDŻU- II GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
13.09 (środa)	09.30 – 10.30	Zabawa tańcem- Taniec w kręgu	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	10.30 – 11.30	Zabawa tańcem- Taniec w kręgu	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12.00 – 13.30	EDUKACJA EKOLOGICZNA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	15.40 – 16.40	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	16.40 – 17.40	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
14.09 (czwartek)	10.00– 12.00	Rękodzieło	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi

	12.00 – 14.00	Gimnastyka Umysłu	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12.00 – 13.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Karol	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	13.00 – 14.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Karol	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
15.09 (piątek)	09.30 – 12.30	Spotkanie przy BRYDŻU- I GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	13.00 - 14.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	14.00 - 15.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
18.09 (poniedziałek)	09.00 -10.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	11.00 -15.00	Integracyjne spotkanie przy TENISIE STOŁOWYM	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
19.09 (wtorek)	09.00 – 10.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Paweł	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	10.00 -11.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Paweł	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12.00 – 15.00	Spotkanie przy BRYDŻU- II GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
20.09 (środa)	11.00 – 13.00	Warsztaty kosmetyczne i fryzjerskie	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	15.40 – 16.40	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	16.40 – 17.40	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
21.09 (czwartek)	10.00 – 12.00	Rękodzieło	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	12.00 – 14.00	Gimnastyka umysłu	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	12.00 – 13.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Karol	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	13.00 – 14.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Karol	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi

22.09 (piątek)	09.30 – 12.30	Spotkanie przy BRYDŻU- I GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	13.00 – 14.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	14.00 – 15.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
25.09 (poniedziałek)	9.30 – 15.00	ZAPISY NA PAŹDZIERNIK	
26.09 (wtorek)	09.00 – 10.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Paweł	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	10.00 – 11.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Paweł	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12.00 – 15.00	Spotkanie przy BRYDŻU- II GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
27.09 (środa)	09.30 – 10.30	Zabawa tańcem- Taniec w kręgu	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	10.30 – 11.30	Zabawa tańcem- Taniec w kręgu	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	12.00 – 15.00	Kostki i pionki w dłoń – pokaz nam swoją ulubioną grę	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	15.40 – 16.40	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	16.40 – 17.40	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą-Dorota	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
28.09 (czwartek)	10.00 – 12.00	Rękodzieło	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	12.00 – 14.00	Gimnastyka Umysłu	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	12.00 – 13.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Karol	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	13.00 – 14.00	Gimnastyka zdrowotna z fizjoterapeutą- Karol	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
29.09 (piątek)	09.30 – 12.30	Spotkanie przy BRYDŻU- I GRUPA	Zajęcia realizowane nieodpłatnie w ramach wolontariatu 60+
	13.00 – 14.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi
	14.00 – 15.00	ZUMBA	Zajęcia realizowane w ramach dotacji z Budżetu Miasta Łodzi

Harmonogram może ulec zmianie, szczegółowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu: **502 322 547**