

PLAN ZAJĘĆ NA MIESIĄC STYCZEŃ

Data	Dzień	Godzina	Zajęcia	Miejsce
2.01.17	PN	10.00 16.00 16.00 17.30	Ćwiczenia pt. „Zdrowy kręgosłup” Filmowy Klub Dyskusyjny VI grupa - informatyka II grupa – język angielski	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26
3.01.17	WT	10.00 15.30 16.00 16.30 17.00	Ćwiczenia pt. „Zdrowy kręgosłup” III grupa – język angielski VII grupa - informatyka I grupa – język angielski Basen	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26 Pływalnia ul. Kilińskiego 27
4.01.17	ŚR	10.00 10.00 10.00 11.45 13.00 16.00 16.30	Rolowanie powięziowo-mięśniowe Wykład :”Co księga przyrody chce nam powiedzieć w okresie przednówka? Przyjdź bo najłatwiej złe nawyki porzuca się w dobrym towarzystwie.” Spotkanie z właścicielem ekologicznego gospodarstwa zielarskiego- pasjonatem p. Andrzejem Wojtkowskim V grupa - informatyka I grupa - Zajęcia taneczno ruchowe II grupa - Zajęcia taneczno ruchowe III grupa - informatyka „Nordic Walking”- Janusz Grzebski	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 (sala kameralna) Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26 (sala wielofunkcyjna) Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Park Miejski
5.01.17	CZ	10.00 10.00 15.00 16.00 16.30 16.30	Ćwiczenia pt. „Zdrowy kręgosłup” Zajęcia wokalne IX grupa – informatyka Sekcja brydżowa X grupa – informatyka ”Pociąg do twórczości”	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 L. Plastyczne ul. Sieradzka 29
09.01.17	PN	9.00 10.00 16.00 16.00 17.30	Spotkanie z Zarządem UTW Ćwiczenia pt. „Zdrowy kręgosłup” Wykład : „Artysta i jego muza” Mgr. Daria Rutkowska I grupa - informatyka II grupa – język angielski	Ratusz pl. Wolności 26 Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26
10.01.17	WT	10.00 12.00 15.30 16.00 16.30 17.00	Ćwiczenia pt. „Zdrowy kręgosłup” Kółko fotograficzne III grupa – język angielski II grupa – informatyka I grupa – język angielski Basen	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26 Pływalnia ul. Kilińskiego 27
11.01.17	ŚR	10.00 10.00 11.45 13.00 16.00 16.30	Rolowanie powięziowo-mięśniowe V grupa - informatyka I grupa - Zajęcia taneczno ruchowe II grupa - Zajęcia taneczno ruchowe VIII grupa - informatyka „Nordic Walking”- Janusz Grzebski	Fitness Club “Family Center” Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26 (sala wielofunkcyjna) Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Park Miejski
12.01.17	CZ	10.00 10.00 15.00 16.00 16.30	Ćwiczenia pt. „Zdrowy kręgosłup” Zajęcia wokalne IV grupa – informatyka Sekcja brydżowa V grupa - informatyka	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3
13.01.17	PT	10.00 10.30 16.30	YOGA 50+ Zajęcia manualno – artystyczne „Nordic Walking”- Janusz Grzebski	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Park Miejski

19.01.17	CZ	10.00	Zajęcia wokalne	Ratusz pl. Wolności 26
25.01.17	ŚR	10.00 11.00 16.30	V grupa - informatyka III grupa – informatyka „Nordic Walking”- Janusz Grzebski	Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Park Miejski
26.10.17	CZ	10.00 11.30	IX grupa - informatyka X grupa - informatyka	Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3
30.01.17	PN	10.00 15.00 16.00 16.00 17.30	Ćwiczenia pt. „Zdrowy kręgosłup” Spotkanie z Zarządem UTW Wykład: Centrum Dietetyczne Naturhouse „Jesteś tym co jesz. Zasady zdrowego żywienia słuchaczy UTW.” (krótki przewodnik) VI grupa - informatyka II grupa – język angielski	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Ratusz pl. Wolności 26
31.01.17	WT	10.00 15.30 16.30 16.00 17.00	Ćwiczenia pt. „Zdrowy kręgosłup” III grupa – język angielski I grupa – język angielski VII grupa - informatyka Basen	Fitness Club “Family Center” Ratusz pl. Wolności 26 Ratusz pl. Wolności 26 Gim. nr 5 ul. Wileńska 3 Pływalnia ul. Kilińskiego 27