

# Służewski Dom Kultury w Warszawie, ul. J.S. Bacha 15



## Tacy Młodzi 50+

## Zajęcia stałe 2015

	Poniedziałek		Wtorek		Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
9.00-10.00		Język angielski 50+ gr. Średniozaaw.	Nordic Walking	Zajęcia komputerowe 50+ gr. Zaawansowana	I gr Pilates 50+ sala taneczna			
10.00-11.00	Zumba Gold 50+ 10.15-11.00 sala taneczna	Język angielski 50+ I gr. Początkująca		Zajęcia komputerowe 50+ gr. Początkująca	II gr Pilates 50+ sala taneczna			
11.00-12.00	Stretching 50+ 11.15 -12.00 sala taneczna	Język angielski 50+ II gr. Początkująca			III gr Pilates 50+ sala taneczna	od 10.30 Zaj. komputerowe 50+		
12.00-13.00						Zaj. komputerowe 50+		
13.00-14.00							Zajęcia plastyczne 50+ pracownia plastyczna	
14.00-15.00								
15.00-16.00							od 14.45 Stretching 50+ sala taneczna	
16.00-17.00			JOGA 50+ sala taneczna			Zajęcia wokalne 50+	Pilates 50+ul. Elsnera	Wiklina papierowa 1x/msc; s.plastyczna
17.00-18.00	Zajęcia fotograficzne 50+ pracownia foto							
18.00-19.00								
19.00-20.00								
20.00-21.00	Kino Dobrego Filmu Projekcje filmów dokumentalnych							

PODARUJ SOBIE TROCHĘ CZASU...

Koordinacja, informacja, zapisy: **IZABELA TRZECIECKA**

Kontakt z koordynatorem: **tel. 785-825-135 ( w godz. 10.00 – 14.00)**, e-mail: [tacymlodzi@sdk.waw.pl](mailto:tacymlodzi@sdk.waw.pl)

Dyżur koordynatora w SDK : **poniedziałki i czwartki w godz. 10.00 – 14.00 ( budynek administracji SDK, I-sze piętro)**