

## **Akademia Aktywnego Seniora**

**Fundacja Park Śląski zaprasza w czerwcu do Parku Śląskiego na bezpłatne zajęcia dla osób starszych**

**Akademia Dojrzałego Astronoma (lista zamknięta)** – 21 czerwca (piątek), godz.17.00-19.00, Gołębnik

**Boule** – 7, 14, 21, 28 czerwca (piątek), godz.14.15-15.15, przed Bratkiem

**Brydż** – 5, 12, 19, 26 czerwca (środa), od godz. 15.00, Bratek

**Dobra kondycja. Ćwiczenia przy muzyce** – 3, 10, 17, 24 czerwca (poniedziałek), koło Bratka

**Fitness** – **UWAGA! ZMIANA MIEJSCA!** 4, 11, 18, 25 czerwca (wtorek), godz.11.30-12.30, Gołębnik (4 i 11 czerwca), Stadion Śląski (18 i 25 czerwca)

**Język angielski** – 5, 12, 19, 26 czerwca (środa), godz. 10.00-11.30, Gołębnik

**Joga śmiechu** – 4, 11, 18, 25 czerwca (wtorek), godz.15.00-15.45, Gołębnik

**Komputery i multimedia. Ćwiczenia** – 6, 13, 27 czerwca (czwartek), godz. 10.00-11.30, Gołębnik

**Rękodzieło** – **UWAGA! ZMIANA DNIA!** 6, 13, 27 czerwca (czwartek), godz. 14.00-15.30, Bratek

**Spotkania z kulturą i językiem rosyjskim** – 7, 14, 21, 28 czerwca (piątek), godz.12.30-14.00, Bratek

**Tablet na warsztacie** – 6, 13, 27 czerwca (czwartek), godz. 11.30-13.00, Gołębnik

**Tablet w 4 oczy (zajęcia indywidualne po wcześniejszym umówieniu się – nr tel. na dole strony)** – 5, 12, 19, 26 czerwca (środa), godz. 11.30-13.00, Gołębnik

**Terapeutyczny taniec brzucha** – 4, 11, 18, 25 czerwca (wtorek), godz. 15.45-16.30, Gołębnik

**Z kijami po Parku** – 4, 11, 18, 25 czerwca (wtorek), godz. 13.15-15.15, start sprzed Bratka (seniorom bezpłatnie wypożyczamy kije)

### **Miejsce zajęć:**

- Bratek – al. Główna (żółty niewielki budynek koło ścianek)
- Gołębnik – al. Różana 6
- Stadion Śląski – sala sportowa nr 2, zbiórka w holu dawnego hotelu Olimpijskiego, wejście na teren Stadionu bramą nr 7B

**Szczegóły na:** [fundacja.parkslaski.pl](http://fundacja.parkslaski.pl), [facebook.com/fundacjaparkslaski](https://facebook.com/fundacjaparkslaski) i pod numerem 666 031 514