ZAJĘCIA DLA SENIORÓW (terminarz aktualny do 31.12.2026 r.)

Miejscowość	Rodzaj ćwiczeń	Adres	Dzień tygodnia	Godzina
Lusówko	Gimnastyka	Świetlica Wiejska, ul. Zespołowa 1	wtorek	10.00 - 11.00
			piątek	10.00 - 11.00
Lusówko	Gimnastyka	Świetlica Wiejska, ul. Zespołowa 1	wtorek	14.00 - 14.45
			czwartek	14.00 - 14.45
Kokoszczyn	Gimnastyka	Świetlica Wiejska, ul. Dworcowa 6	poniedziałek	16.45 - 17.45
			środa	16.15 - 17.15
Rumianek	Gimnastyka	Świetlica Wiejska, ul. Parkowa 6a	poniedziałek	18.00 -19.00
Wysogotowo	Gimnastyka	Świetlica Wiejska, ul. Wierzbowa 127	wtorek	18.30 - 19.30
Przeźmierowo	Spinning (rowery stacjonarne)	OSIR ul. Kościelna 46/48	poniedziałek	16.00 - 17.00
Tarnowo Podgórne	Aqua Fitness (wejście w cenie biletu na Termy)	Tarnowskie Termy, ul. Nowa 54 Tarnowo Podgórne	wtorek	10.00 - 10.45
			wtorek	10.45 - 11.30
			czwartek	10.00 - 10.45
Tarnowo Podgórne	Gimnastyka	OSIR sala fitness, ul. 23 Października 34	poniedziałek	14.15 - 15.00
			środa	14.15 - 15.00
Tarnowo Podgórne	Gimnastyka (przeciwdziałająca osteoporozie)	OSIR sala fitness, ul. 23 Października 34	wtorek	17.00 - 18.00
		ZST sala fitness, ul. Nowa 60	piątek	17.00 - 18.00
Sierosław	Gimnastyka	Świetlica Wiejska ul. Dworska 3	poniedziałek	13.00 - 13.45
			środa	13.00 - 13.45
Chyby	Gimnastyka	Świetlica Wiejska ul. Szkolna 5a	poniedziałek	16.30 - 17.15
			środa	16.30 - 17.15
Baranowo	Gimnastyka	Świetlica Wiejska ul. Spokojna 2b	poniedziałek	18.00 - 18.45
			środa	18.00 - 18.46
Swadzim	Gimnastyka	Świetlica Wiejska ul. Lipowa 11a	poniedziałek	19.00 - 19.45
			środa	19.00 - 19.45
Lusowo	Gimnastyka	Świetlica Wiejska ul. Ogrodowa 3	wtorek	15.00 - 15.45
			czwartek	15.00 - 15.45
Sady	Gimnastyka	Świetlica Wiejska ul. Poprzeczna 3	wtorek	16.15 - 17.00
			czwartek	16.15 - 17.00