



# Plan Zajęć RUTW 2025/2026

## tydzień 20.04-26.04

 Centrum Kultury  
Raszyn im. Jana Pawła II



| 20.04<br>Poniedziałek  | 21.04<br>Wtorek   | 22.04<br>Środa  | 23.04<br>Czwartek   | 24.04<br>Piątek   |
|--|---|---|---|---|
| 12.00-13.30<br>WYKŁAD: BANKOWOŚĆ<br><b>ODWOŁANY</b>  | 9.00-10.00<br>DANCE SENIOR<br>CKR              | 11.30-12.30<br>ZDROWY<br>KRĘGOSŁUP<br>(GRUPA I)<br>CSR  | 10.00-12.00<br>TANIEC LUDOWY<br>CISK II   | SPA DLA UMYSŁU<br>9-11/11-13/13-15<br>CKR   |
| 18:00<br>WYKŁAD:<br>DIETA SENIORA<br>CISK I  | 10.00-12.00<br>CHÓR RUTW<br>CKR   | 11.30-12.30<br>QIGONG<br>CKR  | 12.15-14.15<br>TKACTWO<br>CKR   | PODCZAS TRWANIA<br>ZAJĘĆ ZAPRASZAMY<br>NA KAWĘ  |
| 19.00-20.00<br>PILATES<br>(GRUPA)<br>CSR  | 12.30-13.30<br>J.HISZPAŃSKI<br>10os.<br>CKR  | 13.00-13:40<br>13:40-14:20<br>14:20-15:00<br>J.ANGIELSKI<br>CKR  | 16.30-18.00<br>RYSUNEK<br>CKR  | 11.30-12.30<br>ZDROWY<br>KRĘGOSŁUP<br>(GRUPA II)<br>CSR   |
| ADRESY ZAJĘĆ<br>I WYKŁADÓW:  | 17.30-18.30<br>JOGA<br>CISK II  | 17.00-18.00<br>MUZYKOTERAPIA<br>CISK I                           | 25.04   26.04<br>Sobota   Niedziela   | 18.00-19.00<br>STRETCHING<br>(GRUPA)<br>CSR    |
| CKR al. Krakowska 29A, Raszyn<br>CISK AUSTERIA al. Krakowska 1, Raszyn<br>CSR ul. Sportowa 30, Raszyn                        |   |   | 12.00-21.00<br>KONFRONTACJE<br>TEATRALNE<br>CKR   | 16.00<br>RASZYŃSKI SALON<br>MUZYCZNY<br>CISK I  |
|  |   |   | 26.04<br>Niedziela  |   |