



Projekt pn. „Usługi społeczne w Gminie Mirosławiec” FEPZ.06.18-IP.01-0020/24
ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, realizowana w ramach programu
Fundusze Europejskie dla Pomorza Zachodniego na lata 2021-2027.

**MIEJSKO-GMINNY
OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ
78-650 Mirosławiec
ul. Polna 23, tel./fax 0-672655553
NIP 765-150-01-73**

Harmonogram gimnastyki rekreacyjnej.

(W zależności od zainteresowania uczestników projektu, spotkania mogą zostać przedłużone)
STYCZEŃ 2026

Lp.	MIROSŁAWIEC (ul. Zamkowa 10a)
1.	07.01.2026 (Środa) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
2.	13.01.2026 (Wtorek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
3.	15.01.2026 (Czwartek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
4.	16.01.2026 (Piątek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
5.	19.01.2026 (Wtorek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
6.	21.01.2026 (Środa) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
7.	23.01.2026 (Piątek) godz. 12 ¹⁰ -12 ⁵⁵ przerwa 13 ⁰⁵ -13 ⁵⁰ Gimnastyka rekreacyjna
8.	30.01.2026 (Piątek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna

Lp.	MIROSŁAWIEC GÓRNY (ul. Lot. Pol 4)
1.	07.01.2026 (Środa) godz. 12 ¹⁰ -12 ⁵⁵ przerwa 13 ⁰⁵ -13 ⁵⁰ Gimnastyka rekreacyjna
2.	13.01.2026 (Wtorek) godz. 12 ¹⁰ -12 ⁵⁵ przerwa 13 ⁰⁵ -13 ⁵⁰ Gimnastyka rekreacyjna
3.	15.01.2026 (Czwartek) godz. 12 ¹⁰ -12 ⁵⁵ przerwa 13 ⁰⁵ -13 ⁵⁰ Gimnastyka rekreacyjna
4.	19.01.2026 (Wtorek) godz. 12 ¹⁰ -12 ⁵⁵ przerwa 13 ⁰⁵ -13 ⁵⁰ Gimnastyka rekreacyjna
5.	21.01.2026 (Środa) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
6.	23.01.2026 (Piątek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
7.	27.01.2026 (Wtorek) godz. 12 ¹⁰ -12 ⁵⁵ przerwa 13 ⁰⁵ -13 ⁵⁰ Gimnastyka rekreacyjna
8.	30.01.2026 (Piątek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna



MIĘSKO-GMINA
OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ
78-650 Mirosławiec
ul. Polna 23, tel./fax 0-672-555555
NIP 765-150-01-73

Projekt pn. „Usługi społeczne w Gminie Mirosławiec” FEPZ.06.18-IP.01-0020/24
ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, realizowana w ramach programu
Fundusze Europejskie dla Pomorza Zachodniego na lata 2021-2027.

Harmonogram gimnastyki rekreacyjnej.

(W zależności od zainteresowania uczestników projektu, spotkania mogą zostać przedłużone)
STYCZEŃ 2026

Lp.	HANKI (Świetlica Wiejska 47)
1.	07.01.2026 (Środa) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
2.	13.01.2026 (Wtorek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
3.	15.01.2026 (Czwartek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
4.	19.01.2026 (Poniedziałek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
5.	20.01.2026 (Wtorek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
6.	23.01.2026 (Piątek) godz. 15 ⁵⁰ -16 ³⁵ przerwa 16 ⁴⁵ -17 ³⁰ Gimnastyka rekreacyjna
7.	27.01.2026 (Wtorek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
8.	29.01.2026 (Czwartek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna

Lp.	ŁOWICZ WAŁECKI (Świetlica Wiejska 50)
1.	07.01.2026 (Środa) godz. 15 ⁵⁰ -16 ³⁵ przerwa 16 ⁴⁵ -17 ³⁰ Gimnastyka rekreacyjna
2.	13.01.2026 (Wtorek) godz. 15 ⁵⁰ -16 ³⁵ przerwa 16 ⁴⁵ -17 ³⁰ Gimnastyka rekreacyjna
3.	16.01.2026 (Piątek) godz. 12 ¹⁰ -12 ⁵⁵ przerwa 13 ⁰⁵ -13 ⁵⁰ Gimnastyka rekreacyjna
4.	19.01.2026 (Poniedziałek) godz. 15 ⁵⁰ -16 ³⁵ przerwa 16 ⁴⁵ -17 ³⁰ Gimnastyka rekreacyjna
5.	20.01.2026 (Wtorek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
6.	23.01.2026 (Piątek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
7.	27.01.2026 (Wtorek) godz. 14 ⁰⁰ -14 ⁴⁵ przerwa 14 ⁵⁵ -15 ⁴⁰ Gimnastyka rekreacyjna
8.	29.01.2026 (Czwartek) godz. 12 ¹⁰ -12 ⁵⁵ przerwa 13 ⁰⁵ -13 ⁵⁰ Gimnastyka rekreacyjna



Projekt pn. „Usługi społeczne w Gminie Mirosławiec” FEPZ.06.18-IP.01-0020/24
ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, realizowana w ramach programu
Fundusze Europejskie dla Pomorza Zachodniego na lata 2021-2027.

**MIEJSKO-GMINNY
OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ
78-650 Mirosławiec
ul. Polna 23, tel./fax 0-672515523
NIP 765-150-01-73**

Harmonogram gimnastyki rekreacyjnej.

(W zależności od zainteresowania uczestników projektu, spotkania mogą zostać przedłużone)
STYCZEŃ 2026

Lp.	PIECNIK (Świetlica Wiejska 53)
1.	07.01.2026 (Środa) godz. 14 ⁰⁰ -14 ⁴⁵ przerwa 14 ⁵⁵ -15 ⁴⁰ Gimnastyka rekreacyjna
2.	13.01.2026 (Wtorek) godz. 14 ⁰⁰ -14 ⁴⁵ przerwa 14 ⁵⁵ -15 ⁴⁰ Gimnastyka rekreacyjna
3.	15.01.2026 (Czwartek) godz. 14 ⁰⁰ -14 ⁴⁵ przerwa 14 ⁵⁵ -15 ⁴⁰ Gimnastyka rekreacyjna
4.	16.01.2026 (Piątek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna
5.	19.01.2026 (Poniedziałek) godz. 14 ⁰⁰ -14 ⁴⁵ przerwa 14 ⁵⁵ -15 ⁴⁰ Gimnastyka rekreacyjna
6.	23.01.2026 (Piątek) godz. 14 ⁰⁰ -14 ⁴⁵ przerwa 14 ⁵⁵ -15 ⁴⁰ Gimnastyka rekreacyjna
7.	27.01.2026 (Wtorek) godz. 10 ²⁰ -11 ⁰⁵ przerwa 11 ¹⁵ -12 ⁰⁰ Gimnastyka rekreacyjna
8.	29.01.2026 (Czwartek) godz. 8 ³⁰ -9 ¹⁵ przerwa 9 ²⁵ -10 ¹⁰ Gimnastyka rekreacyjna

Pomoc administracyjna
Kierownik Klubu Seniora

Lenardo