

Harmonogram zajęć w obiektach OSIR - sezon 2024/2025

Zajęcia	Prowadzący	Termin	Miejsce	Kontakt do prowadzącego	
Zajęcia usprawniające dla seniorów	Stowarzyszenie Perspektywa	Poniedziałek:17-18 Wtorek:17.00-18.00 Środa: 17.00-18.00 Czwartek:17.00-18.00	Salki korekcyjne (wejście C)	889044190	
Zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci	PON-KA Maciej Ponicki	Poniedziałek:16.15-17.15 Wtorek:16.15-17.00	Mała sala (wejście C)	507033494	
Zapasy dla dzieci	PON-KA Maciej Ponicki	Piątek:15.30-16.30	Duża sala (wejście C)	507033494	
Tenis ziemny	Julia Spychała	Środa:17.00-20.00	Kort ziemny (Orlik)	500377566	
Karate	UKS Kyokushin	Wtorek:17.00-19.30 Czwartek:17.00-19.30	Mała sala (wejście C)	668831224	
Zdrowy kręgosłup	Fizjoterapia Paulina Frajtag	Wtorek:20.00-21.00 Czwartek:20.00-21.00	Mała sala (wejście C)	516626266	
Ścianka wspinaczkowa	Foxter Sport Agata Błaszyk	Środa:17.00-19.00	Mała sala (wejście C)	884377925	
Mini koszykówka chłopców rocz.2014-2016	UKS Pniewiak Przemysław Bosy	Poniedziałek:15.30-17.00 Środa:15.30-17.00 Czwartek: 15:30-17:00	Hala (wejście A)	606359243	
Akademia Ruchu i Tańca	Paulina Krocza	Środa: 15.40 balet -3-5lat 16.30 - Dance Mixt 4+ 17.15 - Balet/jazz - 6+ 18.00 - Musical Dance- 8+	Salki korekcyjne (wejście C)	505606765	
Fit Latino	Karolina Rychlik	Poniedziałek:18.00-20.00	Salki korekcyjne (wejście C)	576180026	
Zajęcia baletowo-taneczne dla dzieci i pań	Twister Magdalena Gwardyś	Poniedziałek:15.00-17.00 Wtorek:15.00-17.00 Środa: 16.00-17.00 dzieci 19.30 - 21.00 kobiety Czwartek: 16.00-17.00 dzieci 19.00-20.00 kobiety	Salki korekcyjne (wejście C)	538442789	
Zumba z Ewą (taniec, fitness)	Ewa Rucka	Wtorek: 19.00-20.00 Czwartek: 20.00-21.00	Salki korekcyjne (wejście C)	697245154	

Zajęcia na trampolinach	Babski Azyl Joanna Robak	Wtorek: 19.00-20 Czwartek: 19.00-20.00	Salki korekcyjne (wejście C)	515 319 429	
Akrobatyka Powietrzna	Natalia Wojciechowska	Poniedziałek: 17.30-20.30 Piątek: 15.30-19.30	Salki korekcyjne (wejście C)	666 607 453	
Zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci	UKS Pniewiak Magdalena Kwaśna	Poniedziałek:14.30-15-15 Wtorek: 14.30-15-15 Czwartek:13.40-15.15	Salki korekcyjne (wejście C)	723638525	
Siatkówka	UKS Pniewiak Magdalena Kwaśna Klaudia Buszkiewicz	Poniedziałek:15.30-17.00 Wtorek:15.30-17.00 Środa:15.30-17.00	Hala (wejście A)	723638525 600915084	
Podnoszenie ciężarów	LZS Kucera Budowlani N.Tomyśl/Pniewy Mateusz Miczyński	Poniedziałek-Środa- Czwartek-Piątek : 17.30- 19.00	Salka podnoszenia ciężarów (wejście C)	663395155	