

PLAN ZAJĘĆ

ul. Stroma 33 15-662 Białystok
tel. 502-871-312 www.klubstok.pl



KLUB
STOK

ZAJĘCIA	DZIEŃ	GODZINA	PROWADZĄCY
PIANINO		zajęcia indywidualne	Urszula Iwaszuk
KEYBOARD		zajęcia indywidualne	Urszula Iwaszuk
GITARA		zajęcia indywidualne	Przemysław Figiel
WOKAL 5-10 lat	czwartek	16.30-18.00	Martyna Wolanowska
PLASTYKA 6-7 lat	poniedziałek	16.15- 17.30	Małgorzata Iwańczuk
PLASTYKA 8-9 lat gr.1	poniedziałek	17.30- 19.00	Małgorzata Iwańczuk
PLASTYKA 8-9 lat gr.2	środa	14.30- 16.00	Małgorzata Iwańczuk
PLASTYKA ARTYSTYCZNA +10 lat gr.1	poniedziałek	14.15- 16.15	Małgorzata Iwańczuk
PLASTYKA ARTYSTYCZNA +10 lat gr.2	wtorek	9.00-11.00	Małgorzata Iwańczuk
PLASTYKA ARTYSTYCZNA +10 lat gr.3	czwartek	15.00- 17.00	Małgorzata Iwańczuk

PLASTYKA ARTYSTYCZNA młodzież od 12 lat gr.4	czwartek	17.00- 19.00	Małgorzata Iwańczuk
PLASTYKA I RĘKODZIEŁO- SENIORZY	czwartek	10.00- 12.00	Małgorzata Iwańczuk
RYSUNEK I MALARSTWO grupa młodzieżowa	piątek	14.30-19.30 (zajęcia -2h)	Magdalena Sulima

MAŁE RĘKODZIEŁO 7-9 lat	czwartek	15.00-17.00	Urszula Iwaszuk
MAŁE RĘKODZIEŁO 9-11 lat	piątek	12.00-14.00	Urszula Iwaszuk
MAŁE RĘKODZIEŁO młodzież	piątek	15.00-17.00	Urszula Iwaszuk

HANDMADE- RODZINNE WARSZTATY	sobota lub niedziela 1 raz w miesiącu	10.00- 13.00	Urszula Iwaszuk Małgorzata Iwańczuk
---	--	--------------	--

MAMA FIT Z BOBASEM (dzieci od 3-go miesiąca)	CZEKAMY NA CHĘTNYCH !!		Anna Kazimieruk
GIMNASTYKA SMYKA 4-5 lat	środa	17.00-17.30	Anna Kazimieruk
ZDROWY KRĘGOSŁUP- dzieci i młodzież	środa	16.15-16.45	Anna Kazimieruk
	piątek	16.30-17.00	

AEROBIK gr.1	wtorek	19.15- 20.00	Kinga Ostrowska
	czwartek		
AEROBIK gr.2	wtorek	20.05- 20.50	Kinga Ostrowska
	czwartek		

ZUMBA	poniedziałek	19.30-20.15	Katarzyna Pilecka
	środa	20.00-20.45	

GIMNASTYKA- SENIORZY gr. 1B	poniedziałek	9.00- 9.45	Barbara Bartosiewicz
	środa		
GIMNASTYKA- SENIORZY gr. 2B	poniedziałek	9.50-10.35	Barbara Bartosiewicz
	środa		
GIMNASTYKA- SENIORZY gr. 1A	wtorek	9.00-9.45	Anna Kazimieruk
	czwartek		
GIMNASTYKA- SENIORZY gr. 2A	wtorek	10.00-10.45	Anna Kazimieruk
	czwartek		
GIMNASTYKA- SENIORZY gr. 3A	środa	15.00-15.45	Anna Kazimieruk
	piątek		
GIMNASTYKA- SENIORZY- PANOWIE	CZEKAMY NA CHĘTNYCH !!		

JOGA-dorośli	poniedziałek	18.00-18.45	Urszula Sienkiewicz
---------------------	--------------	-------------	---------------------

BLOK ZAJĘĆ PROZDROWOTNYCH (1 raz w tygodniu) przy zakupie 3 różnych zajęć z bloku prozdrowotnego zniżka 20 zł			
PILATES	środa	17.45-18.30	Anna Kazimieruk
ZDROWY KRĘGOSŁUP (dorośli)	środa	18.45-19.30	Anna Kazimieruk
TRENING MEDYCZNY	poniedziałek	14.00-14.45	Anna Kazimieruk