

„MOK-owskie wakacje na MAXA”

LIPIEC/SIERPIEŃ 2024

PONIEDZIAŁEK

10.00-11.00

Gimnastyka zdrowotna dla MUTW

12.00-14.00

„MAŁA AKADEMIA MALARSTWA Z WUJKIEM ROMANEM”- warsztaty dla dzieci w wieku szkolnym. Celem nadrzędnym warsztatów jest odkrywanie i kształtowanie uzdolnień, wprowadzenie do świata kultury i sztuki oraz umożliwienie swobodnej ekspresji plastycznej

17.30-18.30

„PILATES PO NASZEMU →Moc →Ochota →Krzepa” - uniwersalny trening wzmacniający wszystkie partie mięśniowe

19.00-20.30

„NORDIC WALKING Z BŁAŻEJEM DLA WSZYSTKICH CHĘTNYCH” - w ramach KLUBU AKTYWNEGO MSZCZONOWIAKA pod czujnym okiem INSTRUKTORA (grupa początkująca)

19.00-20.00

„WYGINAM ŚMIAŁO CIAŁO” - WAKACYJNA ZUMBA PO MSZCZONOWSKU w amfiteatrze

20.15-21.15

„WAKACYJNA SALSA PO MSZCZONOWSKU” - warsztaty z tańca dla dorosłych w amfiteatrze

WTOREK

11.00-15.45

„SUMMER ACADEMY DLA DZIECI” - LETNIE WARSZTATY OGÓLNOROZWOJOWE (dzieci od 6 do 12 roku życia)

- 11:00- Zajęcia gimnastyczne

- 12:00- Przerwa
- 12:15- Zajęcia taneczne
- 13:15- Przerwa
- 13:30- Zajęcia manualne
- 14:30- Przerwa
- 14:45-15:45 Zajęcia korekcyjne/ Zabawy i gry integracyjne

12.00-13.00

„MIEJSCE DOBRYCH EMOCJI” - warsztaty terapii zajęciowej dla dzieci ze STOWARZYSZENIA UŚMIECH DZIECKA

18.00-20.00

„NORDIC WALKING Z HALINĄ DLA WSZYSTKICH CHĘTNYCH” - w ramach KLUBU AKTYWNEGO MSZCZONOWIAKA pod czujnym okiem INSTRUKTORA

19.00-20.00

„WYGINAM ŚMIAŁO CIAŁO” - WAKACYJNA ZUMBA PO MSZCZONOWSKU - zajęcia ruchowe w amfiteatrze

ŚRODA

10.00-11.00

GIMNASTYKA ZDROWOTNA DLA MUTW

10.00-12.00

„KREATYWNE INSPIRACJE Z JUSTYNĄ” - warsztaty artystyczne dla dzieci od 5 roku życia

11.00-18.00

„EKSPRESJA W ŚPIEWIE” - warsztaty wokalne grupy „Wokaliza” dla dzieci i młodzieży

12.00-16.00

„AKTYWNA STREFA ODKRYWCY” - LETNIE WARSZTATY OGÓLNOROZWOJOWE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY (na zapisy !, 15 osób w grupie)

Plan zajęć :

- Zabawy taneczne
- Sportowe wyzwania

- Tory przeszkód
- Prace plastyczne
- Tworzenie własnych magnesów
- Strefa małego konstruktora
- Gry i konkurencje zespołowe
- Tańce

Lipiec - dzieci od 6 do 9 lat

Sierpień - młodzież od 10 do 14 lat

17.00-20.00

„LETNI SPACEREK Z BASIENKĄ Z HISTORIA W TLE” - poznawanie miejsc historycznych związanych z naszym regionem (co dwa tygodnie)

17.00-20.00

„ARTYSTYCZNE WAKACJE GRUPY „KOLOR” - zajęcia plastyczne dla dorosłych

19.00-20.00

„WYGINAM ŚMIAŁO CIAŁO” - WAKACYJNA ZUMBA PO MSZCZONOWSKU - zajęcia ruchowe w amfiteatrze

CZWARTEK

11.00-15.45

„SUMMER ACADEMY DLA DZIECI” - LETNIE WARSZTATY OGÓLNOROZWOJOWE (dzieci od 6 do 12 roku życia)

- 11:00- Zajęcia gimnastyczne
- 12:00- Przerwa
- 12:15- Zajęcia taneczne
- 13:15- Przerwa
- 13:30- Zajęcia manualne
- 14:30- Przerwa
- 14:45- Zajęcia korekcyjne/ Zabawy i gry integracyjne
- 15:45 koniec

12.00-13.00

„MIEJSCE DOBRYCH EMOCJI”- warsztaty terapii zajęciowej dla dzieci ze STOWARZYSZENIA UŚMIECH DZIECKA

17.00-20.00

„ARTYSTYCZNE WAKACJE GRUPY „KOLOR” - zajęcia plastyczne dla dorosłych

17.30-18.30

„PILATES PO NASZEMU →Moc →Ochota →Krzepa” - uniwersalny trening wzmacniający wszystkie partie mięśniowe

19.00-20.00

„WYGINAM ŚMIAŁO CIAŁO” - WAKACYJNA ZUMBA PO MSZCZONOWSKU - zajęcia ruchowe w amfiteatrze

19.00-20.30

„NORDIC WALKING Z BŁĄŻEJEM DLA WSZYSTKICH CHĘTNYCH” - w ramach KLUBU AKTYWNEGO MSZCZONOWIAKA pod czujnym okiem INSTRUKTORA (grupa zaawansowana)

PIĄTEK

12.00-14.00

„MAŁA AKADEMIA MALARSTWA Z WUJKIEM ROMANEM”- warsztaty dla dzieci w wieku szkolnym.

20.15-21.15

„WAKACYJNA SALSA PO MSZCZONOWSKU” - warsztaty z tańca dla dorosłych w amfiteatrze