

„WAKACJE Z MOK”

LIPIEC/SIERPIEŃ 2025

PONIEDZIAŁEK

09.00-15.00 Tygodniowe Turnusy Wakacyjne „LETNIA FABRYKA TALENTÓW” dla dzieci w wieku 7-12 lat (na zapisy). Temat: Sztuka i emocje

10.30 Wakacyjny seans filmowy dla dzieci - z serii Disney 'a (kino MOK)

10.00-11.00 Gimnastyka zdrowotna dla MUTW

17.30-18.30 „Pilates Po Naszemu → Moc → Ochota → Krzepa” - uniwersalny trening wzmacniający wszystkie partie mięśniowe

19.00-20.30 „Nordic Walking Z Błażem Dla Wszystkich Chętnych” - w ramach Klubu Aktywnego Mszczonowiaka pod czujnym okiem Instruktora (grupa początkująca)

WTOREK

09.00-15.00 Tygodniowe Turnusy Wakacyjne „LETNIA FABRYKA TALENTÓW” dla dzieci w wieku 7-12 lat (na zapisy). Temat: Teatr i wyobraźnia

10.30 Wakacyjny seans filmowy dla dzieci - z serii Disney 'a

18.00-19.00 Fitnes Plus Size

20.00 Letni seans dla młodzieży (kino MOK)

ŚRODA

09.00-15.00 Tygodniowe Turnusy Wakacyjne „LETNIA FABRYKA TALENTÓW” dla dzieci w wieku 7-12 lat (na zapisy). Temat: : Muzyka i rytm

10.30 Wakacyjny seans filmowy dla dzieci - z serii Disney 'a (kino MOK)

10.00-11.00 Gimnastyka zdrowotna dla MUTW

12.00-14.00 „Miejsce Dobrych Emocji”- warsztaty terapii zajęciowej dla dzieci ze Stowarzyszenia Uśmiech Dziecka (sala językowa)

18.00-20.00 „Artystyczne Wakacje Grupy „KOLOR” - zajęcia plastyczne dla dorosłych

CZWARTEK

09.00-15.00 Tygodniowe Turnusy Wakacyjne „**LETNIA FABRYKA TALENTÓW**” dla dzieci w wieku 7-12 lat (na zapisy). Wycieczka całodniowa do STACJI GRAWITACJI w Warszawie

10.30 Wakacyjny seans filmowy dla dzieci - z serii Disney 'a (kino MOK)

18.00-20.00 „Artystyczne Wakacje Grupy „Kolor” - zajęcia plastyczne dla dorosłych

17.30-18.30 „Pilates Po Naszemu → **M**oc → **O**chota → **K**rzepa” - uniwersalny trening wzmacniający wszystkie partie mięśniowe

19.00-20.30 „Nordic Walking Z Błażem Dla Wszystkich Chętnych” - w ramach Klubu Aktywnego Mszczonowiaka pod czujnym okiem Instruktora (grupa zaawansowana)

20.00

Letni seans dla młodzieży (kino MOK)

PIĄTEK

09.00-15.00 Tygodniowe Turnusy Wakacyjne „**LETNIA FABRYKA TALENTÓW**” dla dzieci w wieku 7-12 lat (na zapisy). Temat: Ruch i taniec

10.30 Wakacyjny seans filmowy dla dzieci - z serii Disney 'a

18.00-19.00 Fitnes Plus Size

SOBOTA

18.00-20.00 „Nordic Walking Z Haliną Dla Wszystkich Chętnych” - w ramach Klubu Aktywna Sobota w MOK