

Budżet Obywatelski 2026 “Cykl zajęć dla mieszkańców”
HARMONOGRAM na miesiąc: **Październik**



Rodzaj zajęć: **sportowe, edukacyjne, socjoterapeutyczne**

Zapisy na zajęcia dla dorosłych telefonicznie pod numerem **695 650 579**

lub osobiście u prowadzącego w dniu zajęć.

Mieszkańcy pozostałych dzielnic Gliwic mogą wziąć udział w przypadku dostępności wolnych miejsc.

Dzieci w wieku szkolnym - zgłoszenia na zajęcia nie są wymagane.

data	godzina	miejsce	Prowadzący	Temat	Do kogo skierowane są zajęcia
07.10.2026	15.00-16.30	sala gimnastyczna	Beata Polewka	Badminton	kl. 4-8
13.10.2026	15.20-16.50	sala gimnastyczna	Beata Polewka	Badminton	kl. 4-8
21.10.2026	15.00-16.30	sala gimnastyczna	Beata Polewka	Badminton	kl. 4-8
28.10.2026	15.00-16.30	sala gimnastyczna	Beata Polewka	Gry i zabawy ruchowe	kl. 4-8
01.10.2026	18.30-19.30	tężnia	Agnieszka Pogoda	Nordic Walking	dorośli, seniorzy
08.10.2026	18.30-19.30	sala gimnastyczna	Agnieszka Pogoda	Ćwiczenia wzmacniające kończyny górne	dorośli, seniorzy
13.10.2026	19.00-20.00	tężnia	Agnieszka Pogoda	Nordic Walking	dorośli, seniorzy
15.10.2026	18.30-19.30	sala gimnastyczna	Agnieszka Pogoda	Ćwiczenia mięśni brzucha	dorośli, seniorzy

22.10.2026	18.30-19.30	sala gimnastyczna	Agnieszka Pogoda	Ćwiczenia mięśni grzbietu	dorośli, seniorzy
29.10.2026	18.30-19.30	sala gimnastyczna	Agnieszka Pogoda	Ćwiczenia wzmacniające kończyny dolne	dorośli, seniorzy
01.10.2026	11.00-12.30	sala gimnastyczna	Anita Jeniec	Gry i zabawy ruchowe	kl. 3-6
08.10.2026	14.30-16.00	sala gimnastyczna	Anita Jeniec	Badminton	kl. 3-6
15.10.2026	14.30-16.00	sala gimnastyczna	Anita Jeniec	Tenis stołowy	kl. 3-6
22.10.2026	14.30-16.00	sala gimnastyczna	Anita Jeniec	Gry i zabawy na wesoło	kl. 3-6
29.10.2026	14.30-16.00	sala gimnastyczna	Anita Jeniec	Turniej sportowy - gry i zabawy ruchowe	kl. 3-6
01.10.2026	13.30-15.00	sala 4	Karolina Jurczuk Jolanta Willner	Elektryczność	kl. 3
15.10.2026	13.30-15.00	sala 4	Karolina Jurczuk Jolanta Willner	Elektryczność	kl. 3
29.10.2026	13.30-15.00	sala 4	Karolina Jurczuk Jolanta Willner	Elektryczność	kl. 3
22.10.2026	16.30-18.00	sala 3	Promyk Harmonii	“W głowie się nie mieści” - wieczór filmowy	kl. 5