**AKADEMIA RUCHU**

 **JESIEŃ 2019**

**REJESTRACJA na stronie: www.akademiaruchu.powiat.cieszyn.pl.17.09.2019r. o godzinie 9.00**

**Przed rejestracją zapoznaj się z regulaminami zajęć! Są dostępne na stronie:** [www.powiat.cieszyn.p](http://www.powiat.cieszyn.pl/)l

w „Szybkim Menu” w kategorii "Promocja zdrowia"

**PLAN ZAJĘĆ JESIENNYCH**

**ZUMBA - poniedziałek**

 **sala gimnastyczna Zespołu Szkół Technicznych w Cieszynie ul. Frysztacka 48**

**od 30.09. do 09.12. (bez 11.11.) 10 zajęć – poniedziałek w godz. 18.30 – 19.30**

**PILATES - wtorek**

**sala gimnastyczna Zespołu Szkół Ekonomiczno – Gastronomicznych**

**w Cieszynie, ul. Kochanowskiego 7**

**od 01.10. do 10.12. -11 zajęć - wtorki w godz. 19.30 – 20.30**

**ZUMBA – środa**

 **sala gimnastyczna Zespołu Szkół Technicznych w Cieszynie ul. Frysztacka 48**

**od 02.10. do 04.12. -10 zajęć - środa w godz. 18.15 – 19.00**

**AEROBIC - środa**

**sala gimnastyczna Zespołu Szkół Technicznych w Cieszynie ul. Frysztacka 48**

**od 02.10. do 11.12. -11 zajęć – środa w godz. 19.00 – 20.00**

**PILATES - piątek**

**sala gimnastyczna Zespołu Szkół Ekonomiczno – Gastronomicznych w Cieszynie, przy ul. Kochanowskiego 7**

**od 27.09 do 13.12. ( bez 1.11.) - 11 zajęć - piątki w godz.16.45– 17.45**

**Organizator:**

Starostwo Powiatowe w Cieszynie, ul. Bobrecka 29

Biuro Promocji Zdrowia – pokój 216

tel. 33-47 77 216, kom. 534 967 028