

# KLUB NUGAT



Spółdzielnia  
Mieszkaniowa  
Na Skraju

## ZAPRASZA NA CZERWCOWE WYDARZENIA

**PONIEDZIAŁKI**  
**5, 12, 19.06.**  
**11:30-12:30**

### **TAŃCE W KRĘGU DLA DOROSŁYCH I SENIORÓW**

Integracyjne zajęcia taneczne. Nie trzeba mieć partnera do tańca i doświadczenia tanecznego.

Proste, przyjemne ćwiczenia przy muzyce. Prowadzenie:  
Elżbieta Dybińska – psycholog, instruktor tańca.

**ŚRODY**  
**7, 14, 21**  
**17:30-18:30**

### **ĆWICZENIA AEROBOWE DLA SENIORÓW**

Ćwiczenia stymulujące rozwój układu sercowo-naczyniowego i poprawienie wydolności organizmu - wzmacniające wszystkie partie mięśni: ramion, grzbietu, brzucha, nóg.

Prowadzenie: instruktor rekreacji ruchowej: Elżbieta Gordon.

**16 czerwca**  
**18:00-20:00**

### **RODZINNY KONCERT MUZYKI ARYKAŃSKIEJ**

Zapraszamy na koncert Gwidona Cybulskiego, który zaśpiewa i zagra na afrykańskich instrumentach: ngoni, balafonie, djembe. Koncert rozpocznie się na placu zabaw przed klubem. Po części dla dzieci, zapraszamy na afrykańskiego bluesa do Klubu...

**19 czerwca**  
**19:00-21:00**

### **WIECZOREK TENECZNY**

Zapraszamy mieszkańców na wieczorne spotkanie przy muzyce.