Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Mimo wakacji starachowiccy seniorzy sierpień spędzili bardzo aktywnie.

Ostatni wakacyjny miesiąc upłynął pod znakiem aktywności fizycznej oraz integracji. Co sobotę pod skałkami odbywały się zajęcia z jogi. Liczne gorno uczestników potwierdzało tylko atrakcyjność zajęć.

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

W dniu wybuchu Powstania Warszawskiego Seniorzy wybrali się na rajd na którym w Godzinie "W" oddali hołd poległym.

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Dbający o zdrowie seniorzy mogli również skorzystać z fachowej wiedzy dietetyków. Spotkanie obfitowało w wiele przydatnych informacji z dziedziny żywienia, przechowywania żywności oraz stanu zdrowia (można było wykonać pomiar tkanki tłuszczowej, poziomu wody i in.)

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Kończąc miesiąc starachowiccy seniorzy udali się na Paradę Seniora do Warszawy. Parada przeszła ulicami stolicy by na kampusie Uniwersytetu Warszawskiego seniorzy z całej Polski razem świętowali. Były wykłady, pokazy, prelekcje a całość parady zakończyły koncerty: DJ Zbyszka, Krzysztofa Krawczyka oraz DJ Wiki.

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Phoca PDF

Kultura

Opublikowano: poniedziałek, 02, wrzesień 2019 09:53
Odsłony: 49948

Phoca PDF