

Propozycje klubów osiedlowych na rok szkolny

I. Klub „Zodiak”, ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 6, tel. 56 6486855

1. Kółko plastyczne dla dzieci (7-14 lat)
2. Zespół Tańca Nowoczesnego „Rytm-x”
 - grupa dziecięca (od 4 lat)
 - grupa młodzieżowa (od 12 lat)
3. Szkoła Tańca Towarzyskiego „Dance & Dance”
 - grupa dziecięca (4 - 8 lat)
 - grupa turniejowa
 - kurs tańca dla dorosłych
4. „Mały Zodiacek” – opieka nad dziećmi w wieku 3-5 lat
 - realizacja programu wychowania przedszkolnego z wykorzystaniem tradycyjnych i nowoczesnych metod oraz form pracy
 - organizacja uroczystości przedszkolnych z udziałem dzieci i zaproszonych gości
 - zajęcia rytmiczne
 - zajęcia ruchowe
 - zabawa w hip-hopem
 - miła, serdeczna i spokojna atmosfera

5. Rytmika dla dzieci (3-5 lat)
6. YAMAHA Szkoła Muzyczna.
 - „Dźwiękoludki” (4-6 lat)
 - nauka gry na instrumentach muzycznych: keyboard i gitara (od 7 lat)
7. Aerobic z piłką Thera Band
 - Doskonalenie równowagi, koordynacji i stabilizacji ciała. W czasie balansowania na piłce zaangażowanie najgłębszych warstw mięśni okolicy kręgosłopowych.
 - Ćwiczenia ukierunkowane na wzmocnienie i kształtowanie wszystkich partii mięśni.
8. Gimnastyka z elementami relaksacji
 - Ćwiczenia rozciągające (stretching), ćwiczenia Pilates (połączenie ćwiczeń rozciągających, Jogi i oddechów): automasaże, wizualizacja, aromaterapia, ćwiczenia oddechowe, elementy Jogi, itp. - przy spokojnej relaksacyjnej muzyce.
9. Gimnastyka Body Shape
 - Rzeźbienie i modelowanie ciała, kształtowanie sylwetki oraz redukcja tkanki tłuszczowej, relaks

10. Zajęcia ruchowe z elementami Bollywood Dance (tańca hinduskiego)
 - Żywiłowa forma ruchu, która angażuje wszystkie części ciała począwszy od głowy aż po stopy. Dzięki czemu daje świetny trening mięśniom i modeluje sylwetkę. Ma w sobie dużo gracji i dynamiki. Wyzwała pozytywne emocje i dodaje energii.
11. Aqua Aerobic (gimnastyka w wodzie)
 - Wszystkie ćwiczenia wykonywane są w stałym kontakcie z dnem basenu. Zalety: wspaniała praca mięśni, odciążony układ kostny oraz kręgosłup, odpręża, relaksuje. Po zajęciach nie ma „zakwasów”. Umiejętność pływania jest niepotrzebna. Zalecana jest szczególnie wieczorową porą, jako wspaniały relaks.
12. Gimnastyka dla senierek
 - Gimnastyka kręgosłupa.
13. Gimnastyka poranna
14. Spotkania osób niepełnosprawnych ruchowo „Zawsze Razem”
15. Spotkania rodzin dzieci niepełnospraw-

- nych
 16. Klub Otwartych Drzwi „Skarbonka”
 - Spotkania integracyjne osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności
- ## II. Klub „Vademecum”, ul. Ligi Polskiej 5, tel. 56 6481519

1. Świetlica dla dzieci
2. Grupy przedszkolne. Opieka nad dziećmi w wieku 3 lat oraz 4-5 lat
 - realizacja programu wychowania przedszkolnego z wykorzystaniem tradycyjnych i nowoczesnych metod oraz form pracy
 - organizacja uroczystości przedszkolnych z udziałem dzieci i zaproszonych gości
 - zajęcia rytmiczne
 - zajęcia ruchowe
 - miła, serdeczna i spokojna atmosfera
3. Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i małych dzieci
4. Odrabianie lekcji, indywidualne douczenie (kl. I-III)
5. Konsultacje humanistyczne (klasy gimnazjalne)

Ciąg dalszy strona 4.


www.bgz.pl

BĘDZIESZ CHCIAŁ SIĘ POCHWALIĆ SWOIM MIESZKANIEM

J.B. Kowalscy

Godziny zwiedzania:
pn. - pt. 18-21 sob. - nd. 9-13

KREDYT HIPOTECZNY I BUDOWLANÝ

Atrakcyjna marża kredytu
Promocyjna opłata przygotowawcza - **0 zł!**
Kwota kredytu - do 100% wartości nieruchomości
Okres kredytowania - do 40 lat

Promocyjne warunki cenowe dotyczą kompletnych wniosków kredytowych złożonych w oddziałach Banku do 31 grudnia 2010 r.

Toruń, ul. Wyszyńskiego 6, tel. 56 648 75 54
Toruń, ul. Wały gen. Sikorskiego 15, tel 56 695 34 07

www.bgz.pl
 Infolinia 801 123 456 (tel. stacjonarne, Era, Orange, Plus, Play)
 +48 22 530 71 00 (pozostałe sieci i z zagranicy)
Opłata za połączenie według taryfy operatora

Bank BGZ
Pieniądze są dla ludzi

Rzeczywista roczna stopa oprocentowania kredytu na dzień 21.05.2010 r. wynosi 6,7%, przy założeniu: kwota kredytu 200 000 zł, oprocentowanie w dniu zawarcia umowy 6,44% w stosunku rocznym, opłata przygotowawcza 0%, okres kredytowania 480 miesięcy, kredyt wypłacony jednorazowo i spłacany w równych ratach kapitałowo - odsetkowych, kredytobiorca posiada lub założy konto osobiste w Planie Aktywnym oraz skorzysta z ubezpieczenia nieruchomości oferowanego przez bank, koszt zabezpieczenia spłaty kredytu wynosi 815 zł.