



Published on *Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łasku* (<https://mgopslask.pl>)

[Strona główna](#) > OGŁOSZENIE O NABORZE na stanowisko: Instruktor zajęć z zakresu kultury fizycznej dla seniorów

---

## **OGŁOSZENIE O NABORZE na stanowisko: Instruktor zajęć z zakresu kultury fizycznej dla seniorów** [1]



**MGOPS**  
**Ł A S K**

Miejsko-Gminny Ośrodek  
Pomocy Społecznej w Łasku

Projekt pn. „Kompleksowe usługi społeczne w Gminie Łask”  
nr FELD.07.09-IP.01-0007/25

współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus  
w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027.

# POSZUKUJEMY OSOBY DO PROWADZENIA ZAJĘĆ Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ DLA SENIORÓW!

Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łasku  
poszukuje osoby do prowadzenia zajęć ruchowych  
dla uczestników Klubu Seniora  
w ramach realizacji projektu.



Aktywność  
to zdrowie  
i dobry  
nastrój!



## CO BĘDZIESZ PROWADZIĆ?

- ✓ jogę
- ✓ aerobik
- ✓ ćwiczenia na zdrowy kręgosłup
- ✓ ćwiczenia ogólnousprawniające dostosowane do możliwości osób starszych



## PLANOWANA REALIZACJA

- 1 grupa uczestników
- średnio 2 godziny tygodniowo
- 4 tygodnie w miesiącu
- okres realizacji: lipiec 2026 – lipiec 2027
- łącznie: **96 godzin** zajęć
- zajęcia będą odbywać się w godzinach funkcjonowania Klubu Seniora (**10.00-14.00**)



## OFERUJEMY

- ✓ umowa zlecenia
- ✓ 96 godzin zajęć
- ✓ praca z seniorami
- ✓ udział w wartościowym projekcie społecznym
- ✓ elastyczna organizacja zajęć w godzinach funkcjonowania Klubu Seniora (**10.00-14.00**)



## OCZEKIWANE KWALIFIKACJE

- ✓ wykształcenie, ukończone kursy lub posiadane certyfikaty z zakresu kultury fizycznej, rekreacji ruchowej lub aktywności fizycznej
- ✓ kwalifikacje z zakresu fizjoterapii, wychowania fizycznego, rekreacji ruchowej, gimnastyki dla seniorów, jogi, aerobiku lub uprawnienia trenerskie będą dodatkowym atutem
- ✓ minimum **2-letnie** doświadczenie zawodowe w prowadzeniu zajęć ruchowych



## CEL ZAJĘĆ

Zajęcia mają na celu poprawę sprawności fizycznej seniorów, wspieranie ich samodzielności, poprawę kondycji, profilaktykę zdrowotną oraz przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu poprzez aktywne uczestnictwo w życiu Klubu Seniora.



## ZAINTERESOWANY?

Osoby zainteresowane współpracą prosimy o przesłanie dokumentów potwierdzających kwalifikacje oraz doświadczenie zawodowe na adres:

Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łasku  
ul. Stefana Batorego 31, 98-100 Łask  
lub kontakt telefoniczny pod numerem:

**43 675 21 38**



## TERMIN SKŁADANIA ZGŁOSZEŃ



**19.06.2026 r.**  
do godz. **12:00**

Dołącz do nas i wspieraj  
seniorów w aktywnym życiu!



Fundusze Europejskie  
dla Łódzkiego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



## **POSZUKUJEMY OSOBY DO PROWADZENIA ZAJĘĆ Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ DLA SENIORÓW**

Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łasku, w ramach projektu „**Kompleksowe usługi społeczne w Gminie Łask**” nr **FELD.07.09-IP.01-0007/25**, współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021–2027, poszukuje osoby do prowadzenia zajęć z zakresu kultury fizycznej dla uczestników Klubu Seniora.

### **Zakres prowadzonych zajęć**

Zajęcia będą obejmować m.in.:

- jogę,
- aerobik,
- ćwiczenia na zdrowy kręgosłup,
- ćwiczenia ogólnousprawniające dostosowane do możliwości osób starszych.

**Forma zatrudnienia:** Umowa zlecenia /FV

### **Planowana realizacja**

- 1 grupa uczestników, średnio 2 godziny tygodniowo, 4 tygodnie w miesiącu,
- okres realizacji: lipiec 2026 – lipiec 2027
- łącznie: 96 godzin zajęć.
- Zajęcia będą odbywać się w godzinach funkcjonowania Klubu seniora (10.00-14.00)

### **Oczekiwane kwalifikacje**

- wykształcenie, ukończone kursy lub posiadane certyfikaty z zakresu kultury fizycznej, rekreacji ruchowej lub aktywności fizycznej,
- kwalifikacje z zakresu fizjoterapii, wychowania fizycznego, rekreacji ruchowej, gimnastyki dla seniorów, jogi, aerobiku lub uprawnienia trenerskie będą dodatkowym atutem,
- minimum 2-letnie doświadczenie zawodowe w prowadzeniu zajęć ruchowych.

### **Cel zajęć**

Zajęcia mają na celu poprawę sprawności fizycznej seniorów, wspieranie ich samodzielności, poprawę kondycji, profilaktykę zdrowotną oraz przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu poprzez aktywne uczestnictwo w życiu Klubu Seniora.

Osoby zainteresowane współpracą prosimy o przesłanie dokumentów potwierdzających kwalifikacje oraz doświadczenie zawodowe na adres:

### **Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łasku**

ul. Stefana Batorego 31, 98-100 Łask

Kopertę należy opisać „**Instruktor zajęć z zakresu kultury fizycznej dla seniorów**”

Lub przesłać drogą elektroniczną na adres: [poczta@mgopslask.pl](mailto:poczta@mgopslask.pl) [2]

Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu: **43 675 21 38**

**Termin składania zgłoszeń:** 19.06.2026 r. do godz. 12.00

**ZOBACZ TEŻ INNE OFERTY PRACY W RAMACH PROJEKTU "KOMPLEKSOWE USŁUGI SPOŁECZNE DLA GMINY ŁASK"**

- ▶ [Instruktor zajęć z zakresu kultury fizycznej dla seniorów](#) [1]
- ▶ [Fizjoterapeuta](#) [3]
- ▶ [Pracownik techniczny „złota rączka”](#) [4]
- ▶ [Kierowca świadczący usługę transportu „door to door”](#) [5]
- ▶ [Specjalista ds. poradnictwa prawnego](#) [6]
- ▶ [Psycholog \(2 stanowiska\)](#) [7]

---

**Source**

**URL:**<https://mgopslask.pl/aktualnosci/ogloszenie-o-naborze-na-stanowisko-instruktor-zajec-z-zakresu-kultury-fizycznej-dla>

**Odnośniki**

[1] <https://mgopslask.pl/aktualnosci/ogloszenie-o-naborze-na-stanowisko-instruktor-zajec-z-zakresu-kultury-fizycznej-dla>  
[2] <mailto:poczta@mgopslask.pl?subject=Instruktor%20zaj%C4%99%C4%87%20z%20zakresu%20kultury%20fizycznej%20dla%20senior%C3%B3w> [3] <https://mgopslask.pl/aktualnosci/ogloszenie-o-naborze-na-stanowisko-fizjoterapeuta> [4] <https://mgopslask.pl/aktualnosci/ogloszenie-o-naborze-na-stanowisko-pracownik-techniczny-zlota-raczka> [5] <https://mgopslask.pl/aktualnosci/ogloszenie-o-naborze-na-stanowisko-kierowca-swiadczy-usluge-transportu-door-to-door> [6] <https://mgopslask.pl/aktualnosci/ogloszenie-o-naborze-na-stanowisko-specjalista-ds-poradnictwa-prawnego> [7] <https://mgopslask.pl/aktualnosci/ogloszenie-o-naborze-na-stanowisko-psycholog-2-stanowiska>