

GODZINY ZAJĘĆ CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORA „ Nie Dzieli Nas Wiek” Kwiecień 2016r.

l.p	godziny	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
1.	10.00 11.00	Zdrowe gotowanie ul. Weissa8/21				
2.	11.00 12.00	Zdrowe gotowanie ul. Weissa8/21	Zajęcia z rękodzieła ul. Weissa 8/21	Kawiarenka - integracja przy kawie ul. Weissa 8/21		
3.	12.00 13.00		Zajęcia z rękodzieła ul. Weissa 8/21			
3.	14.30 – 16.30				Nowe Technologie w zależności od potrzeb w różnych częściach Krakowa. Zajęcia stacjonarne ul. Weissa 8/21	
4.	15.00 – 16.00	Zajęcia z zakresu gimnastyki z elementami, pilates, stretchingu (1 grupa) ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24	Zajęcia z zakresu gimnastyki lub <i>Nordic Walking</i> (1 grupa) ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24	Joga ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24		Zumba gr. 1 ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24
5.	16.00 – 17.00	Zajęcia z zakresu gimnastyki z elementami, pilates, stretchingu (2 grupa) ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24	Zajęcia z zakresu gimnastyki lub <i>Nordic Walking</i> (2 grupa) ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24	Kurs język angielski grupa 1 ul. Weissa 8/21		Zumba gr.2 ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24
6.	17.00 - 18.00			Kurs język angielski grupa 2 ul. Weissa 8/21	Zajęcia teatralne ul. Weissa 8/21	Kawiarenka obywatelska– prelekcje, pokazy, prezentacje ul. Weissa 8/21
7.	18.00 19.00				Zajęcia teatralne ul. Weissa 8/21	Kawiarenka obywatelska – prelekcje, pokazy, prezentacje ul. Weissa 8/21

Projekt współfinansowany ze środków Gminy Miejskiej Kraków

Uwaga!

W poniedziałek 11.04.2016 zamiast gotowania wyjdźcie do Centrum Jana Pawła II - Nie lękajcie się!