

Centrum Aktywności Seniorów Bieńczyce prowadzone przez Fundację Nowe Centrum w **ZESPOLE SZKÓŁ GASTRONOMICZNYCH NR 1 NA OS. ŻŁOTEJ JESIENI 16** w ramach sieci Centrów Aktywności Seniorów zaprasza wszystkich zainteresowanych na następujące zajęcia w **MARCU**:

PONIEDZIAŁKI - GODZ. 15-19

- 15.00 - 16.00 – gimnastyka – rozciąganie (sala gimnastyczna)
- 16.00 – 17.00 – warsztaty zdrowego żywienia (jadalnia)
- 16.00 – 17.00 – kurs j. niemieckiego grupa zaawansowana (jadalnia II)
- 17.00 - 18.00 - kurs j. niemieckiego grupa początkująca (jadalnia)

WTORKI - GODZ. 15-19

- 15.30 – 16.30 – gimnastyka fitness/zumba (sala gimnastyczna)
- 16.00 – 19.00 – zajęcia artystyczne (jadalnia)

ŚRODY - GODZ. 15-19

- 15.00 – 15.45 – warsztaty komputerowe I grupa (sala 205)
- 15.50 – 16.35- warsztaty komputerowe II grupa (sala 205)

CZWARTKI - GODZ. 15-19

- 15.00 – 16.00 – nordic walking/w okresie zimowym fitness (świetlica)
- 16.00 - 17.00 - gimnastyka (sala gimnastyczna)
- 16.00 – 18.00 – gry stolikowe (jadalnia)

PIĄTKI - GODZ. 14-18

- 14.00 – 15.00 – kurs j. angielskiego I grupa
- 15.00 – 16.00 - kurs j. angielskiego II grupa

Osoby zainteresowane uczestnictwem w wybranych zajęciach prosimy o kontakt telefoniczny pod nr 575-361-492 lub osobisty – **OS. ŻŁOTEJ JESIENI 16 ZESPÓŁ SZKÓŁ GASTRONOMICZNYCH NR 1**, wypełnienie deklaracji i wpłacenie składki członkowskiej, która wynosi 5 zł miesięcznie.

Najbliższy przystanek komunikacji miejskiej:

Arka - linie autobusowe: 123, 139, 193, 501

Bieńczycki Park Targowy (Obrońców Krzyża) - linie tramwajowe: 1, 5



DZIAŁALNOŚĆ CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW BIĘCZYCE DOFINANSOWANA JEST ZE ŚRODKÓW GMINY MIEJSKIEJ KRAKÓW.