



## Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel.518 329 303

e-mail: [casbronowice@gmail.com](mailto:casbronowice@gmail.com)

### CAS i Kawiarenka dla Seniora czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

|              |                          |
|--------------|--------------------------|
| poniedziałek | 13.00-17.00              |
| wtorek       | 13.00-17.00              |
| środa        | 9.00-11.00 i 15.00-17.00 |
| czwartek     | 13.00-17.00              |
| piątek       | 8.30-12.30               |

**Obowiązuje od 7 listopada 2018**

### Harmonogram zajęć stałych – listopad 2018

| dzień  | godzina     | rodzaj zajęć                                   | uwagi                         |
|--------|-------------|--|-------------------------------|
|        | 12.45-13.30 | basen  | ul. Ludwinowska 11<br>5,19,26 |
|        | 15.00-16.30 | Kurs obsługi komputera – grupa<br>zaawansowana | 5,19,26                       |
|        | 16.30-18.00 | Kurs obsługi komputera – grupa<br>początkująca | 5,19,26                       |
| wtorek | 15.45-16.30 | Gimnastyka<br>ogólnousprawniająca              | 6,13,20,27                    |
|        | 16.30-18.30 | Kurs rękodziela                                | <b>6,13,20,27</b>             |

|          |             |   |             |
|----------|-------------|---|-------------|
| Środa    | 9.00-11.00  | Kurs zdrowego stylu życia                     | 7,14,21,28  |
|          | 11.00-12.00 | Kurs języka angielskiego – grupa zaawansowana | 7,14,21,28  |
|          | 12.00-13.00 | Kurs języka angielskiego- grupa początkująca  | 7,14,21,28  |
|          | 16.00-16.45 | Zajęcia ruchowe                               | 7,21        |
|          | 15.45-16.30 | Gimnastyka rehabilitacyjna                    | 14,15,22,29 |
| czwartek | 16.00-18.00 | Kurs plastyczny                               | 15,29       |
| czwartek | 16.00-18.00 | Kurs fotograficzno-filmowy                    | 8,22        |
| Piątek   | 8.30-11.30  | Kurs florystyczny                             | 9           |
|          | 10.30-12.30 | Kurs ogrodnicy                                | 16,23,30    |

### Zajęcia dodatkowe w listopadzie 2018:

| data   | godzina | rodzaj zajęć                                | uwagi |
|--------|---------|---|-------|
| 6.11   | 15.00   | Spotkanie w sprawie ubezpieczeń dla seniora |       |
| 20.11. | 9.00    | Zwiedzanie Opactwa w Tyńcu                  |       |
| 29.11  | 17.00   | Andrzejki                                   |       |

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**