



Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Czerwony

Adres - ul. Strzelców 5a w Krakowie
(Szkoła Podstawowa nr 2 im. Św. Wojciecha)

Kontakt – tel. 518-329-303 | 722 307 813

E-mail: caspradnik@gmail.com

CAS czynny w godzinach:

poniedziałek	14.00 do 18.00
wtorek	09.00 – 13.00
środa	14.00 do 18.00
czwartek	14.00 – 18.00
piątek	14.00 do 18.00

OBOWIĄZUJE od 02 stycznia

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	14.00-16.00	Zdrowy styl życia, 20	Sala CAS
	16.00 – 18.00	Kurs ogrodnictwa, 20	Sala CAS
	14.00 – 15.00	Kurs komputerowy – Smartfony podstawy. 13, 27	13.01 - Smartfon. Co to jest? Odbieranie i wysyłanie SMS. Zapisywanie nowych do kontaktów. Dodawanie zdjęć i dzwonek w kontaktach. 27.01 – Odbieranie i

			wysyłanie MMS. Łączenie się z Internetem w swoim telefonie. Sala CAS
	14.00 - 18.00	Kawiarenka	Sala CAS
Wtorek	9.00 – 13.00	Kawiarenka	Sala CAS
	14:30 – 15.15	Gimnastyka ogólnorozwojowa 14, 21	Sala gimnastyczna
środa	14.30 – 16.30	Angielski A1 15, 29	Sala D24
	16.30 – 17.30	Angielski A0 15, 29	Sala D24
	17.00 – 17.45	Zdrowy kręgosłup 22, 29	Mała sala gimnastyczna
	18.00 – 18.45	Zdrowy kręgosłup 22, 29	Mała sala gimnastyczna
	17.00 – 18.45	Taniec w kręgu 15	Duża sala gimnastyczna
	14.00 – 18.00	Kawiarenka	Sala CAS
czwartek	10.15 – 11.00	Basen – grupa I 16, 23, 30	Aqua Park
	11.00 – 11.45	Basen – grupa II 16, 23, 30	
	14.00 – 16.00	Kurs florystyki 16, 30	Wiązanki i bukiety na każdą okazję. Sala 24
	16.00 – 17.00	Kurs rękodzieła 16, 30	Sala 24
piątek	14.00 - 15.00	Spotkania organizacyjne WOLONTARIAT 10, 24	Sala CAS
	15.30 – 16.30	Kurs komputerowy i urządzeń mobilnych. Komputery - podstawy	Internet bez tajemnic. Lekcja 1. Co to jest przeglądarka internetowa? Ile ich jest? Różnica między przeglądarką a wyszukiwarką. Sala komputerowa 12D
	14.00 - 18.00	Kawiarenka	Sala CAS

Zajęcia dodatkowe styczeń 2020:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.