

Centrum Aktywności Seniorów Fruwająca Ryba

adres: Klub Fruwająca Ryba, Os. Na Skarpie 35, 31-910 Kraków

koordynator: Liudmila Kokhanets, telefon: 794 387 527

 e-mail: l.kokhanets@ukryteskrzydla.pl
Kawiarenka: wtorek, czwartek 9:00 – 14:00
HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – październik 2020
Obowiązuje od 5.10.2020

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	9:30-11:00	Chór	Zajęcia rozwojowe
	10:00-11:00	Konsultacje dot. nowych technologii	Zajęcia edukacyjne
	11:00-12:00	Kurs języka angielskiego Gr. Podstawowa+	Zajęcia edukacyjne
	12:00-13:00	Kurs języka angielskiego - Gr. Początkująca	Zajęcia edukacyjne
Wtorek	9:30-10:15	Fitness	Zajęcia rozwojowe
	10:30-11:15	Zdrowy kręgosłup Pilates	Zajęcia rozwojowe
	11:30-12:30	Kurs języka rosyjskiego - gr. podstawowa	Zajęcia edukacyjne
	12:30-13:30	Kurs języka rosyjskiego - gr. zaawansowana	Zajęcia edukacyjne
Środa	9:30-11:30	Warsztaty krawieckie	Zajęcia edukacyjne
	9:30-11:30	Tenis stołowy	Zajęcia edukacyjne
	11:30-14:30	Kurs pisania ikon	Zajęcia edukacyjne 7.10.2020 11:30 – 12:30
Czwartek	10:00-12:15	Klub gier	Zajęcia rozwojowe
	16:00-18:15	Warsztaty aktywizacyjne	
	18:15-19:15	Konsultacje pedagogiczne	
Piątek	9:30-10:15	Fitnes	Zajęcia rozwojowe
	10:30-11:15	Zdrowy kręgosłup Pilates	Zajęcia rozwojowe
	11:30-13:00	Aktywny Senior	Zajęcia rozwojowe

ZAJĘCIA DODATKOWE – październik 2020

Dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi

Na wszystkich zajęciach obowiązuje lista obecności.

UWAGA

W celu zapobiegania zakażeniom wirusem SARS-CoV-2 każdy uczestnik zajęć stosuje się do procedur bezpieczeństwa obowiązujących podczas zajęć a rekomendowanych przez Ministerstwo Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego