

**Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały**

**adres: Kraków ul. Pachońskiego 8**

**telefon: 578 775 119**

**Szanowni Państwo, decyzją Wojewody Małopolskiego z dn. 14.10.20 r. działalność stacjonarna Centrów Aktywności Seniorów zostaje zawieszona do odwołania. Pozostajemy do Państwa dyspozycji w kontakcie telefonicznym. Koordynator projektu pełni dyżur telefoniczny pod numerem tel.578 775 119 codziennie od poniedziałku do piątku .**

**OBOWIĄZUJE od 1 marca 2021  
HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH marzec2021**

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-11.00 I grupa	J .angielski	Na platformie ZOOM
	11.30-12.30 II grupa		
wtorek	10.00-11.00	Spotkania z historią Krakowa	Na platformie ZOOM
	11.00-12.00	Gimnastyka korekcyjna	Online na FB grupa trenera
	16.30-17.30	Zajęcia komputerowe	Na platformie ZOOM
środa	9.15 – 10.00	Joga twarzy zajęcia relaksacyjne	Na platformie ZOOM od 3 marca
	10.00-11.00	Trening umysłu	Na platformie ZOOM
czwartek	9.30-10.30	Pozdrawiamy o zdrowiu	Na platformie ZOOM
	10.00-12.00	Plastyka :wykład i zajęcia warsztatowe	Na platformie ZOOM
	12.00-13.00	Fitness	Online na FB grupa trenera
	18.00-20.00	Brydż online na www.kurnik	wolontariat kontakt .Janusz tel.535 836 558

piątek	10.00-11.00	Kawiarenka dla Seniora .Spotkania o różnej tematyce bieżącej sprawy dotyczące samorządu,inwestycji miejskich,wydarzeń kulturalnych	Online na platformie ZOOM
--------	-------------	--	---------------------------

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**